

تَهْنِئَةُ الْبَلَاءِ

وَالطَّبَّاتِ الْحَدِيثِ



دارُ المؤرِّخِ العربيِّ



www.haydarya.com

تَهْجُ الْبَلَاغَةِ

وَالطَّبَّ الْحَدِيثِ



الدُّكُورُ صَادِقٌ عَبْدُ الرَّضَاءِ عَلِيُّ

دارُ المورِّخِ العربيِّ
بيروت - لبنان

حقوق الطبع محفوظة

الطبعة الأولى

١٤٢٤ هـ - ٢٠٠٣ م

دار المؤرخ العربي

بيروت - لبنان - صرب : ٢٤/١٢٤ - تلفاكس : ٥٤١٤٣١
هاتف خليوي : ٣/٨٩٠٨٢٠ . E-mail : al_mouarekh@hotmail.com

الاهداء

إلى:

- وليد الكعبة .
- أمير المؤمنين ووصي رسول رب العالمين .
- إمام المتقين ويعسوب المسلمين .
- رائد العدالة الإنسانية وصوت الحق .
- مَنْ ذِكْرُهُ عِبَادَةٌ، وَحِبِّهِ عَنَوَانُ صَحِيفَةِ الْمُؤْمِنِ .
- أهدي هذا الجهد المتواضع سائلاً الله الصلاح والتوفيق.

الدكتور

صادق عبد الرضا علي

سطور عن

الإمام عليّ بن أبي طالب عليه السلام

* ولادته : ولد بمكة في الكعبة المشرفة يوم الجمعة الثالث عشر من شهر رجب، وهو أول هاشمي يولد من أبوين هاشميين .

* كنيته : أبو الحسن، أبو تراب .

* لقبه : أمير المؤمنين .

* أبوه : أبو طالب (عبد مناف) بن عبد المطلب بن هاشم بن عبد

مناف ابن قصي ، سيد البطحاء وشيخ قريش ورئيس مكة .

* أمه : فاطمة بنت أسد بن هاشم بن عبد مناف بن قصي .

* أولاده : الذكور (١١)، الإناث (١٦) .

* عمره : استشهد وهو ابن ثلاث وستين سنة .

* شهادته : قضى ليلة الجمعة إحدى وعشرين من شهر رمضان سنة

أربعين من الهجرة، في محراب مسجد الكوفة شهيداً بسيف ابن

ملجم المرادي لعنه الله .

* مرقده : في النجف الأشرف (الغري) العراق .

ضوء من الضوء

لمعالي الاستاذ جوزيف الهاشم*

عريضة الشام، غني يوم طلته،
وسبحي الله في ذكرى ولادته
يطل (كالضوء من ضوء)^(١) وينشره
كالبدر يعكس شمساً وهج جبهته
هو الإمام (حسام الدين) فارسه،
ما زغرد السيف إلا بين قبضته
يد النبوة شدت عزم ساعده،
وأطلقته إماماً من طفولته
فكان ظل رسول الله، (كاتبه)
وأول القوم إيماناً بدعوته
سيد البيان، (وباب العلم)^(٢) مشترعا
والفقه مذكراً، نهج من بلاغته

* * *

هو الفتى، أم هو المفتي^(٣) (قاصعة)^(٤)
وقفات منبره في (شقشقيته)^(٥)

(*) شاعر مسيحي ووزير لبناني سابق .

(١) قول الإمام علي (أنا من الرسول كالضوء من الضوء) .

(٢) إشارة إلى قول الرسول ﷺ : (أنا مدينة العلم وعلي بابها) ..

(٣) (لا يفتين أحد في المدينة وعلي حاضر) عمر بن الخطاب .

(٤) خطبة للإمام، تضمنت تكوين الخليقة وتحذير الناس من إبليس وهي تعني :

القاطعة .

(٥) إحدى خطب الإمام جسدت لواعج نفسه، تعني : (هادرة هدرت ثم قرت) ..

محجة الشرع، (اقضاكم)^(١) وإن سلفت
 (خلافة هلك)^(٢) من دون حكمته
 يعب من منهل القرآن، يحفظه
 (والنهج)^(٣) كالبحر، فاغرف من غزارته
 يغوص في موجه القرصان، إن لمست
 يدها درا، هوى في قعر لجته
 أعماقه قلل، أغواره قمم
 إلى مدى الله، توق نحو رحمته
 أنى التفت نهى، أنى اتجهت هدى
 وحيث أبحرت ضوء من منارته
 هنا العدالة، نور الله مذهبا
 ودولة الحق أي في شريعته
 هنا الفضيلة عنوان الحياة هنا
 عنوان مجتمع، عنوان قاداته
 هنا السياسة مصباح السماء تقى
 ياليتهم فهموا معنى سياسته!
 كأن دونك دستور الوجود، فما
 زلت شرائعه في دنيوته ..
 هو الفتى، نبوي العبق محتده
 (كالملح في الأرض)^(٤) فاذا ذكر بعض قصته

(١) قول للرسول ﷺ (اقضاكم علي).

(٢) قول لعمر بن الخطاب : (لولا علي لهلك عمر).

(٣) أبيات في نهج البلاغة (حتى كأنه دستور الوجود).

(٤) من وصف للجاحظ في بني هاشم.

أيام (بدر)، (حنين) (خندق)، (أحد)
 والبس يد والصيد تحكي عن بطولته
 ويوم (خير) في حصن اليهود دوى
 لذي الفقار صليل قبل صولته
 تزعزع الحصن، من هول الدوي، وما
 جادات بثانية نجلاء ضربته ..
 على (يديه يتم الفتح)^(١)، كم خفقت
 (سيوف ريك)^(٢) ظلا فوق جنته!
 يذود عن حرمت الحوض، يحرسها،
 والحمد والحلم بعض من طهارته
 يشد درع نبي الله مـبتهجا،
 وطيف جبريل يثوي في عمامته
 لسانه حجة للمـشركين إذا
 ضاقوا بحجته، هانوا بساحته
 ما كف إلا مع التكبير ساعده
 وللصلاة انحنت هيفاء قامته
 هذا الإمام، فتى الإسلام، ملحمة
 أيامه الغر، ماذا عن خلافته؟
 (يوم الغدير) وقل من قبل، كم طربت
 أذن النبي، وزفت همس عزته؟

(١) قال النبي يوم خير: (لاطين الراية رجلا يفتح الله على يديه) ..

(٢) من أقوال الرسول ﷺ: (الجنة تحت ظلال السيوف) .

(أنذر عشيرتك القريبي) ^(١) فأنذرها

فما طرق القوم إلا زوج ابنته

(وزيره) في (حديث الدار) وارثه،

وصيه، وولي بعد غربته

(كمثل، هارون من موسى بمنزلة،

إلا النبوة، تبقى رهن ساعته) ^(٢)

هل الغدير بأسراب الحجيج، وما

تباطأ الركب، يشدو في مسيرته

في صوته نغمات الحزن يخنقها

رجع التشهد، إذعانا لسنته ..

دنا الوداع، كما الروح الأمين دنا،

ينزل الآي مغمورا بفرحته

هو العلي، وصي الأثر، فابتهجوا

ووزعوا البشر، واحكوا عن ولايته :

(ولي من كنت مولاه) ^(٣) وسيده ..

يا أيها القوم سيروا تحت رايته

(يحب من أحب الله) ^(٤) يبغضه

من (أبغض الله)، يقضي في ضلالتة ..

(١) «أنذر عشيرتك الأقربين» سورة الشعراء، (يوم الدار) نزل قوله تعالى «وانذر

عشيرتك الأقربين» وقد جمع النبي بني هاشم وأنذرهم، ثم قال في الإمام علي (هذا أخي ووصيي ووزيري ووارثي وخليفتي من بعدي، فاسمعوا له وأطيعوا) ..

(٢) إشارة إلى قول الرسول ﷺ للإمام علي وقد خلفه في غزوة تبوك (أما ترضى أن تكون مني بمنزلة هارون من موسى إلا أنه لا نبوة بعدي) ..

(٣) قول للرسول ﷺ : (من كنت مولاه فعلي مولاه) ..

(٤) من قول للرسول ﷺ : (من أحب علياً فقد أحبني ومن أحبني فقد أحب الله، ومن أبغض علياً فقد أبغضني، من أبغضني فقد أبغض الله) ..

اليوم أكملت، يا إسلام، دينكم،
 فسبحوا الله في إتمام نعمته .. (١)
 علام يختلف الانصار؟ كيف غدت؟
 قرائن الناس احجى من نبوته؟
 ما بال حزب قريش قام متفضا،
 يوم (السقيفة) في إثبات حجته؟
 إن يجهل الناس، والتنزيل مرتسم
 (قم يا رسول وبلغ وحي آيته) (٢)

* * *

ما ثار في سيد الزهاد ثائره
 (سلامة الدين اشهى) (٣) من إمارته
 أعطاه كل نفيس، كل تضحية،
 وروحـه لازمـت أهـوال راحته
 حبابه فلذته، والفـلذتين وما
 عزت عطاءاته من أجل أمته

(١) أعلن الرسول ﷺ ولاية علي فنزلت عليه الآية ﴿اليوم اكملت لكم دينكم واتممت
 عليكم نعمتي﴾ .. سورة المائدة ..

(٢) بعد (حجة الوداع) نزل قوله تعالى ﴿يا أيها الرسول بلغ ما أنزل إليك من ربك﴾
 فأخذ النبي ﷺ بيد علي ورفعها ثم قال : (من كنت مولاه فعلي مولاه، اللهم وال
 من والاه وعاد من عاداه) ثم نزلت الآية : ﴿اليوم اكملت لكم دينكم﴾ وجاء عن
 الطبراني وابن أبي حاتم عن ابن عباس إن قوله تعالى ﴿إنما وليكم الله ورسوله
 والذين آمنوا﴾ إنما علي معني بها .. (١).

(٣) وضع علي يده في يد أبي بكر مبايعاً منعاً للفتنة والشقاق بين المسلمين وقال
 (سلامة الدين أحب إلينا) ..

وسار في دربه (السبطان)^(١) ما اختلفت
معالم الدرب، حتى في شهادته
كأنها (درب عيسى)^(٢) طبت من مثل
والجود بالروح قسط من رسالته
من أجل دينه، لا دنياه، كان فدى
والدين اسمى معاني هاشميته
ليس الإمام فتى الإسلام وحدهم،
وليس وقفا على أبناء شيعته
من كان بالشيم الغراء معتصما
بالبر، بالرفق، بالتقوى، بخلته
بالنبل بالحق، بالأخلاق مكرمة
وبالشموخ، فهذا ابن بيعته ...

* * *

نهج البلاغة والفكر الإنساني المعاصر / ص ٣٨ / نشر مؤتمر
نهج البلاغة / دمشق / ١٩٩٣ .

(١) الحسن والحسين حفيدا الرسول ﷺ .

(٢) من قول الرسول ﷺ للإمام علي (إن فيك مثلاً من عيسى، ابغضه اليهود واحبته
النصارى حتى انزلوه بالمنزل الذي ليس به) ..

المقدمة

بسم الله الرحمن الرحيم

والحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على محمد وآله الطاهرين .

خلق الله جلّت قدرته، وعظمت آلاؤه، وكثرت نعمائوه، السماوات والأرض بالحق، جعل فيها الأنهار والأشجار والنباتات والأثمار، وخلق أنواع الطيور والحيوانات، وسخر الشمس والقمر والرياح والبحار، خدمة لنا ولأبينا آدم الذي خلقه من طين، ونفخ فيه من روحه المقدسة المباركة «ثم نفخ فيها (أي التربة) من روحه، فتمثلت إنساناً ذا أذنان يُجِيلُهَا»^(١) وأسجد له الملائكة تكريماً وتعظيماً، وأعطاه العقل والشهوة والاختيار، ليكون متميزاً عن الملائكة والحيوانات «فلا جبر ولا تفويض» ثم خلق له زوجة من جنسه ليستأنس بها ويتكاثر ويتناسل في الأرض التي هيّأت له ليعيش فيها هائناً متنعماً مطمئناً لا يعوزه شيء ولا تنقصه ناقصة، فتكاثر وتناسل وأصبحت الأرض تعج بأبنائه وبناته الذين عاشوا الحياة الاولى بفطرتها الإلهية، التي عرفوا من خلالها الغاية من خلقهم ووجودهم، ألا وهي عبادة الله الواحد القهار وشكره على هذه النعمة .

هذه الفطرة التي حملها آدم وأبناؤه هي من الإمدادات الغيبية الإلهية التي غرزاها الله في عقولهم منذ الخلق والولادة .

كان ذلك الإمداد الفطري في تلك المرحلة البدائية التي عاشها الإنسان

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ١ ص ٩٦ .

كافياً لحفظ وإدامة المسيرة البشرية من الانحراف والشرك وعبادة الأوثان والانزلاق وراء الشهوات . ونتيجة لتكاثر البشر، ونشوء المجتمعات البدائية وتطور الحياة الاجتماعية والمادية، بدأت المشاكل والاختلافات تدب فيما بينهم وتظهر على السطح بصورة استغلال وتسلب وفساد بدأ يزرع بذوره في النفوس البشرية، وهنا جاء اللطف الإلهي والرحمة الربانية التي لم تقطع عن الإنسان، فأرسل الأنبياء منذرين ومبشرين ومصلحين، ليقوموا الروح البشرية والمسيرة الإنسانية نحو الطريق الصحيح الذي أراده الله لهم منذ البداية، وكان الدين الإسلامي الحنيف آخر الأديان السماوية التي اكتمل به الإمداد الغيبي والرحمة الفيضة الدائمة على بني البشر، حين أرسل اللطيف الخبير نبينا الأكرم محمد بن عبدالله ﷺ بأكمل دين وأقوم رسالة جمعت كل ما من شأنه تقويم الإنسان وحفظه من الخطأ والزلل والانحراف .

وبما أن المسيرة البشرية طويلة ودائمة احتاج الأنبياء الى أوصياء وأئمة «فظهر أنه لا بد لكل نبي مرسل بكتاب من عند الله عز وجل ان ينصب وصياً يودع فيه أسرار نبوته وأسرار الكتاب المنزل عليه ويكشف له مبهمه ليكون ذلك الوصي هو حجة ذلك النبي على قومه ولئلا تتصرف الأمة في ذلك الكتاب بآرائها وعقولها فتختلف وتزيغ قلوبها كما أمر الله به فقال: ﴿هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ عَلَيْكَ الْكِتَابَ مِنْهُ آيَاتٌ مُحْكَمَاتٌ هُنَّ أُمُّ الْكِتَابِ وَأُخَرُ مُتَشَابِهَاتٌ فَأَمَّا الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ زَيْغٌ فَيَتَّبِعُونَ مَا تَشَابَهَ مِنْهُ ابْتِغَاءَ الْفِتْنَةِ وَابْتِغَاءَ تَأْوِيلِهِ وَمَا يَعْلَمُ تَأْوِيلَهُ إِلَّا اللَّهُ وَالرَّاسِخُونَ فِي الْعِلْمِ﴾^(١) .

فالرسول والوصي والكتاب هو الحجة على الأمة ليهلك من هلك عن بينة ويحيى من حي عن بينة وهذا كما فعل آدم بشيث، ونوح بسام، وإبراهيم بإسحاق، وموسى بيوشع بن نون ومعه النقباء الإثنا عشر وسليمان ابن داود بأصف بن برخيا، وعيسى بشمعون بن حمون ومعه الحواريون الإثنا عشر، ونبينا الكريم ﷺ بعلي عليه السلام ومعه الأئمة الأحد عشر. فوجود الوصي (علي) هو لطف من الألفاف الإلهية ﴿إِنَّمَا أَنْتَ مُنْذِرٌ وَلِكُلِّ قَوْمٍ هَادٍ﴾ (١) (٢).

كان رسولنا الكريم خاتم الأنبياء والمرسلين، وكان أمير المؤمنين ووصي رسول رب العالمين الإمام علي عليه السلام أشرف الأوصياء المنتجبين. إن مسيرة وحياة وأقوال وسلوك الأوصياء والأئمة المنتخبين من الله مكملة وحافضة للمسيرة التي ابتدأها الأنبياء، وهذا ما رأيناه من الإمام علي عليه السلام حيث كان الراعي والحافظ والمكمل للمسيرة النبوية الشريفة التي بشر بها الرسول العظيم، فكان بحق خير حافظ وأعظم وصي وأفضل هادٍ للأمة الإسلامية بعد رسول الله.

إن الخالق العظيم الذي مَنَّ علينا وأنقذنا من الظلمات الى النور أرسل دينه على لسان النبي الأمي ليقوم بتبليغه لنا، وقد عصمه الله من الخطأ والنسيان في كل الأمور الدينية والدنيوية لأنه: ﴿وَمَا يَنْطِقُ عَنِ الْهَوَىٰ إِنْ هُوَ إِلَّا وَحْيٌ يُوحَىٰ عَلَّمَهُ شَدِيدُ الْقُوَىٰ﴾ (٣) وإن وصيه الإمام علي عليه السلام وأولاده المعصومين بنص آيات القرآن: ﴿إِنَّمَا وَلِيُّكُمُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَالَّذِينَ

(١) سورة الرعد الآية ٧.

(٢) المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء ج ١ ص ٢٣٠.

(٣) سورة النجم ٣ - ٥.

آمَنُوا الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَهُمْ رَاكِعُونَ»^(١) و ﴿أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِي الْأَمْرِ مِنْكُمْ﴾^(٢) والأحاديث النبوية الشريفة «من كنت مولاه فعليّ مولاه اللهم وال من والاه وعاد من عاداه» و «أنت مني بمنزلة هارون من موسى إلا أنه لا نبي بعدي» هم المحافظون والذائدون والمدافعون والمضخّون في سبيل الشريعة من الأخطار والضياع والأباطيل والبدع التي قد تطرأ عليها وتدخل فيها من قبل المنافقين وأعداء الدين .

وقد اختص الإمام علي عليه السلام وأبناؤه المعصومون بمختلف العلوم بما ورثوه عن جدهم رسول الله الذي منحهم الولاية التشريعية والتكوينية بصورة كاملة تؤهلهم المقام السامي لإكمال المسيرة وحفظ مختلف العلوم الإلهية . قال رسول الله : «أنا مدينة العلم وعلي بابها فمن أراد المدينة فليأت الباب» . هذه الرتبة الإلهية والمنحة الربانية لوصي رسول الله والأئمة المعصومين هي ضرورة شرعية وعقلية لحفظ الدين من التلاعب والاندثار، لذلك تعتبر الإمامة مكملة للمسيرة النبوية، وكيف لا وهم المعصومون بنص القرآن : ﴿إِنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيُذْهِبَ عَنْكُمُ الرِّجْسَ أَهْلَ الْبَيْتِ وَيُطَهِّرَكُمْ تَطْهِيرًا﴾^(٣) وحديث الثقلين : «أيها الناس يوشك أن يأتيني رسول ربي فأجيب واني تارك فيكم ما ان تمسكتم به لن تضلوا بعدي أبداً كتاب الله وعترتي أهل بيتي فلا تقدموهما فتهلكوا ولا تتأخروا عنهما فتهلكوا ولا تعلموهم فإنهم أعلم منكم وان اللطيف الخبير أخبرني أنهما لن يفترقا

(١) سورة المائدة الآية ٥٥ .

(٢) سورة النساء الآية ٥٩ .

(٣) سورة الأحزاب الآية ٣٣ .

حتى يردا عليّ الحوض فانظروا كيف تخلفوني فيهما»^(١).

من كلّ ما تقدم نستخلص أهمية الوصاية والإمامة بعد النبي ﷺ وضرورتها، باعتبار أن الوصي والأئمة هم حملة العلم، وورثة الأنبياء، ومنار الهداية، وألسنة الصدق والحق، بهم تكتمل الهداية، وتزال وتبطل الشبهات، لأنهم حجج الله على عباده وامناؤه في بلاده.

«هذا وإن اقتران القرآن بأهل البيت في حديث الثقلين له معان ودلالات عميقة:

١ - إن أهل البيت عليهم السلام لهم قيمة كبيرة تعادل القرآن.

٢ - إن القرآن بدون أهل البيت لا يكفي، لأن القرآن كتاب صامت حمّال وجوه، وأهل البيت هم الذين يجعلونه ناطقاً بأعنائهم له التفسير الصحيح الذي سمعوه من جدهم، فيحفظونه بذلك من التحريف والتزييف والتغيير والتحوير، تحقيقاً بواسطتهم لقوله تعالى: ﴿إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ﴾^(٢).

٣ - إن النجاة والفوز متوقفان على التمسك بأهل البيت عليهم السلام وهديتهم دون سواهم.

٤ - إن أهل البيت مع القرآن، والقرآن معهم لا يفترقان الى يوم القيامة، وهذا يعني أنّ وجود الأئمة مستمر لا ينقطع مع وجود القرآن الى يوم القيامة»^(٣).

(١) الكافي ج ٢ ص ٤١٥.

(٢) سورة الحجر الآية ٩.

(٣) تصنيف نهج البلاغة للبيهقي ص ٣٤٠.

الإمام علي عليه السلام وموقعه الالهي :

الإمام علي عليه السلام وصي رسول الله وأبو الأئمة الأطهار مدحه النبي في مواطن كثيرة وقال فيه أحاديث عديدة : «ذكر علي عبادة» و «يا علي ما عرفك إلا الله وأنا» تدل بوضوح كنور الشمس الساطع على أن معرفة الإمام وإدراك كنهه والغور في ذاته مسألة عظيمة ومن المستحيلات على الذات البشرية، ولكن «ما لا يدرك كله لا يترك جله» ولا بأس أن يجهد العلماء والباحثون والمنصفون أنفسهم في التقرب من تلك الشخصية العظيمة، وملامسة فضائلها ومعجزاتها، وإن كانت تلك الملامسة لا تقارن بالآيات والأحاديث التي نزلت بحقه، فهم في سعيهم كمن يحاول الاقتراب من الشمس فيرتد خائباً من وهجها ولهيبها.

قال ابن أبي الحديد المعتزلي في مقدمة كتاب شرح نهج البلاغة :
«وما أقول في رجل أقرّ له أعداؤه وخصومه بالفضل، ولم يمكنهم جحد مناقبه، كان كالمسك كلما شتر انتشر عرّفه، وكلما كُتِم تَضَوَّع نَشْرُه، وكالشمس لا تُسْتَر بالراح، وكضوء النهار إن حُجِبَت عنه عين واحدة أدركته عيون كثيرة.

وما أقول في رجل تُعزَى إليه كل فضيلة، وتنتهي إليه كل فرقة، وتتجاذبه كل طائفة، فهو رئيس الفضائل وينبوعها، وأبو عُذرِها، وسابق مضمارها، ومجلّي حَلبَتها، كل مَنْ بزغ فيها بعده فمنه أخذ، وله اقتضى، وعلى مثاله احتذى.

وهو مبتدع ومنشئ علم النحو والعربية الذي أملاه على أبي الأسود الدؤلي.

وأما الشجاعة فإنه أنسى الناس فيها ذكر مَنْ كان قبله، ومحا اسمَ من يأتي بعده، ومقاماته في الحرب مشهورة يُضرب بها الأمثال إلى يوم القيامة .
وأما القوّة والأيد فبه يضرب المثل فيهما، ما صارع أحداً قط إلا صرعه . وهو الذي قلع باب خيبر واقتلع هُبُل من أعلى الكعبة .
وأما السخاء والجود فحاله فيه ظاهرة، وكان يصوم ويطوي ويؤثر بزاده .

وأما الحلم والصفح فكان أحلم الناس عن ذنب، وأصفحهم عن مسيء .
وأما الجهاد في سبيل الله فمعلوم عند صديقه وعدوّه أنه سيد المجاهدين .

وأما الفصاحة فهو إمام الفصحاء وسيد البلغاء، وفي كلامه قيل : دون كلام الخالق وفوق كلام المخلوقين .
وأما سجاحة الأخلاق وبشر الوجه، وطلاقة المحيّا والتبسم، فهو المضروب به المثل .

وأما الزهد في الدنيا فهو سيّد الزهاد، وبدل الأبدال، وإليه تشدّ الرحال، ما شبع من طعام قط، وكان أحسنّ الناس مأكلًا وملبسًا، وكان ثوبه مرقوعاً بجلد تارة وليف أخرى، ونعلاه من ليف .

وأما العبادة فكان أعبد الناس، وأكثرهم صلاة وصوماً، ومنه تعلّم الناس صلاة الليل، وملازمة الأوراد وقيام النافلة .

وأما قراءته القرآن واشتغاله به فهو المنظور إليه في هذا الباب، اتفق الكل على أنه كان يحفظ القرآن على عهد رسول الله ﷺ، ولم يكن غيره يحفظه، ثم هو أوّل من جمّعه .

وأما السياسة فإنه كان شديد السياسة، خشناً في ذات الله.
وما أقول في رجل تحبه أهل الذمة على تكذيبهم بالنبوة، وتعظمه
الفلاسفة على معاندتهم لأهل الملة. أبوه أبو طالب سيد البطحاء، وشيخ
قريش، ورئيس مكة، ابن عمه محمد سيد الأولين والآخرين واخوه جعفر
ذو الجناحين، وزوجته سيدة نساء العالمين، وابنيه سيّدا شباب أهل الجنة،
فأباؤه آباء رسول الله، وأمّهاته أمّهات رسول الله، وهو مسوط بلحمه ودمه،
لم يفارقه منذ خلق الله آدم»^(١).

شخصية الإمام علي عليه السلام شخصية إلهية عجز عن إدراكها ومعرفتها
الفلاسفة والعلماء، وقصر عن سبر غورها الباحثون والدارسون، لذلك عندما
عزمت على الدخول إلى حديقة ذاته القدسية كنت متردداً متهيئاً بداية الأمر
خوفاً من الغرق في بحر معرفته وعظمته، إلا أنني توكلت على الله ودخلت
تلك الحديقة التي رعتها الألفاظ الإلهية وسقتها الأنوار المحمدية وظللتها
الإمامة العلوية، فرأيت أوراداً مشرقة، وزهوراً عطرة، وغصوناً محملة
بالإيمان والزهد والتقوى والجهاد والتضحية والحق والعدالة وقفت بخشوع
وجلال وهيبة واحترام، مددت يدي، اقتطفت باقة من زهورها فتراءى أمامي
بعض من المعجزات الإلهية، والنفحات المحمدية، والشمائل الهاشمية،
والخصائص العلوية، شممتها بشوق وقبلتها بلهفة، وضعتها على صدري
المشتاق لأتزود منها بالمعرفة والإيمان والعلم والموعظة، وبعد أن ارتويت
من عيبرها، وتغذيت من رحيقها، سطرتها على الورق بحروف من نور
وقلب مسرور، كي تبقى خالدة خلود الدهر، يقرأها كل منصف، ويطالعها
كل محب للخير والعدالة.

(١) مقدمة شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ١ .

ما جاء في عليّ عليه السلام على لسان القرآن :

- ١ - نفس رسول الله .
- ٢ - الذي عنده علم الكتاب .
- ٣ - المؤمن .
- ٤ - السابق .
- ٥ - المؤمن المجاهد .
- ٦ - أذن واعية .
- ٧ - خير البرية .
- ٨ - الهادي .
- ٩ - الولي المتصدق في الركوع .
- ١٠ - الذي يشري نفسه ابتغاء مرضاة الله .
- ١١ - الذي ينفق ماله بالليل والنهار سرّاً وعلانية .
- ١٢ - ولايته كمال الدين .
- ١٣ - النبا العظيم .
- ١٤ - وهو من الذين ﴿سيماهم في وجوههم من أثر السجود﴾ .
- ١٥ - الذي نزل فيه وفي أهل بيته ﴿انما يريد الله ليذهب عنكم الرجس أهل البيت ويطهركم تطهيراً﴾ .
- ١٦ - هو صاحب سورة براءة وغدير خم وراية خيبر .
- ١٧ - الذي نزلت به وبأهل بيته سورة هل أتى .

ما جاء في عليّ عليه السلام على لسان النبي صلى الله عليه وسلم :

- ١ - يا عليّ ما عرفك حق معرفتك إلا الله وأنا .

- ٢ - حق عليّ بن أبي طالب على هذه الأمة كحق الوالد على ولده .
- ٣ - سيّد العرب .
- ٤ - أول من أسلم .
- ٥ - سيّد المسلمين .
- ٦ - حب علي عبادة .
- ٧ - صاحب السر .
- ٨ - حبه عنوان صحيفة المؤمن .
- ٩ - وزير رسول الله .
- ١٠ - حبه جواز وثبات على الصراط .
- ١١ - وصي رسول الله .
- ١٢ - من آذى علياً فقد آذاني .
- ١٣ - خليفة رسول الله .
- ١٤ - يا علي حبك إيمان وبغضك نفاق وكفر .
- ١٥ - عليّ مع الحق والحق مع عليّ .
- ١٦ - يا عليّ مثلك في أمتي كمثل سفينة نوح من ركبها نجا ومن تخلف عنها غرق .
- ١٧ - لا يحبه إلا مؤمن ولا يبغضه إلا منافق .
- ١٨ - حبه إيمان وبغضه كفر .
- ١٩ - إمام المجاهدين .
- ٢٠ - يعسوب المسلمين .
- ٢١ - راية الهدى .
- ٢٢ - صاحب رايتي .
- ٢٣ - الصديق الأكبر .

- ٢٤ - الفاروق الأعظم .
- ٢٥ - جبرائيل عن يمينه وميكائيل عن يساره .
- ٢٦ - وليّ كلّ مؤمن بعدي .
- ٢٧ - سيد الشهداء .
- ٢٨ - قسيم النار والجنة .
- ٢٩ - خلقت أنا وعليّ من نورٍ واحد .
- ٣٠ - أنا وعليّ من شجرةٍ واحدة .
- ٣١ - لحمه لحمي ودمه دمي .
- ٣٢ - في صلبه ذريتي .
- ٣٣ - عليّ مني بمنزلي من ربّي .
- ٣٤ - عليّ مني بمنزلة رأسي من بدني .
- ٣٥ - حبيب رسول الله .
- ٣٦ - أنت وليّ في الدنيا والآخرة .
- ٣٧ - يا عليّ أنا وأنت أبوا هذه الأمة .
- ٣٨ - أنا وعليّ حجّة الله على عباده .
- ٣٩ - أنا سيّد ولد آدم وعليّ سيّد العرب .
- ٤٠ - يا عليّ حزبك حزب الله .
- ٤١ - من سبّ عليّاً فقد سبّني ومن سبّني فقد سب الله تعالى .
- ٤٢ - مثل عليّ في هذه الأمة كمثال الكعبة .
- ٤٣ - حبّ عليّ يأكل السيئات كما تأكل النار الحطب .
- ٤٤ - حبل الله المتين .
- ٤٥ - عليّ آية الحق وراية الهدى .
- ٤٦ - الصراط المستقيم .

- ٤٧ - أقضى أمتي علي بن أبي طالب .
- ٤٨ - كزار غير فرار .
- ٤٩ - علي باب حطة .
- ٥٠ - علي أفضلكم .
- ٥١ - علي خير البشر فمن أبي فقد كفر .
- ٥٢ - من أراد أن ينظر إلى آدم في علمه وإلى نوح في فهمه وإلى إبراهيم في حلمه وإلى يحيى بن زكريا في زهده وإلى موسى ابن عمران في بطشه فليتنظر إلى علي بن أبي طالب .
- ٥٣ - ذكر علي عبادة .
- ٥٤ - النظر إلى علي عبادة .
- ٥٥ - علي أول من آمن بي وأول من يضافحني يوم القيامة .
- ٥٦ - علي صاحب حوضي يوم القيامة .
- ٥٧ - لا يجوز أحد الصراط إلا من كتب له علي الجواز .
- ٥٨ - سراج الدنيا .
- ٥٩ - خاصف النعل .
- ٦٠ - هازم الأحزاب .
- ٦١ - مصباح الدجى .
- ٦٢ - أبو تراب .
- ٦٣ - المولود بالكعبة .
- ٦٤ - البائت في فراش رسول الله عند الهجرة .
- ٦٥ - الصراط المستقيم .
- ٦٦ - كاتب الوحي .
- ٦٧ - مكسر الأصنام .

٦٨ - ضربته يوم الخندق تعادل عبادة الثقلين .

٦٩ - مطلق الدنيا مؤثر الآخرة على الأولى .

٧٠ - الذي ذكره في التوراة والإنجيل .

ما جاء في عليّ عليه السلام على لسان عليّ :

١ - القرآن الناطق .

٢ - أعرف الناس بالكتاب والسنة .

٣ - إني لم أشرك بالله طرفة عين .

٤ - إني لم أشرب الخمر قط .

٥ - قال لي رسول الله يا عليّ أنت مني بمنزلة هارون من موسى إلا أنه لا نبي بعدي

٦ - إني أول الناس إيماناً وإسلاماً .

٧ - علمني رسول الله صلى الله عليه وآله ألف باب من العلم يفتح كل باب ألف باب ولم يعلم ذلك أحداً غيري .

٨ - طيب القلوب والأبدان .

٩ - قال رسول الله ستقاتل الناكثين والقاسطين والمارقين .

١٠ - سمعت رسول الله يقول أنا مدينة العلم وعليّ بابها .

١١ - المتصدق بين يدي رسول الله .

١٢ - قال رسول الله لولا أن يقول فيك الغالون من أمتي ما قالت

النصارى في عيسى بن مريم لقلت فيك قولاً لا تمر بملاً من

الناس إلا أخذوا التراب من تحت قدميك يستشفون به .

١٣ - أمر رسول الله أصحابه وعمومته بسد الأبواب على المسجد

وفتح بابي بأمر الله عز وجل .

١٤ - إن الله تبارك وتعالى ردُّ عليَّ الشمس مَرَّتَيْنِ ولم يردّها عليّ أحدٍ من أمة محمد ﷺ غيري .

١٥ - أنا سيد الوصيّين، ووصيّ سيّد النبيّين .

١٦ - أنا إمام المسلمين، وقائد المتقين، ومولى المؤمنين، وزوج سيّدة نساء العالمين، أنا المتختم باليمين والمعفّر للجبين، أنا الذي هاجرت الهجرتين وبايعت البيعتين، أنا صاحب بدر وحنين، أنا الضارب بالسيفين، والحامل على فرسين .

١٧ - صليت قبل الناس بسبع سنين .

١٨ - أصبر الصابرين .

١٩ - القائل سلوني قبل أن تفقدوني .

٢٠ - وريث الأنبياء .

٢١ - مفسّر القرآن والإنجيل والتوراة والزيور .

٢٢ - المكتفي بطمرين .

٢٣ - القائم بتغسيل وتكفين ودفن رسول الله .

٢٤ - القائل والله لو أعطيت الأقاليم السبعة بما تحت أفلاكها على أن أعصي الله في نملة أسلبها جُلِبَ شعيرة ما فعلت .

٢٥ - ما قال لا لسائل قط .

٢٦ - الذي لم يخلف ميراثاً .

وأخيراً فإن علياً عليه السلام هو :

- شهيد المحراب .

- الذي أبكت رزيته ملائكة السماء وأهل الأرضين .

- المستأذن عليه عزرائيل حين الشهادة .

- ضجيع آدم ونوح ومجاور قبر هود وصالح .

نهج البلاغة من تراث الإمام الخالد

وقال الشريف الرضي رحمته الله :

«عندما كنت في عنفوان الشباب سألني الأصدقاء أن أبدأ بتأليف كتاب يحتوي على مختار كلام أمير المؤمنين علي عليه السلام في جميع فنونه ومتشعبات غصونه من خطب وكتب ومواظ وأدب، فأجبتهم إلى ذلك وأسميت الكتاب نهج البلاغة، لأنَّ الإمام علي عليه السلام مشرع الفصاحة وموردها، ومنشأ البلاغة ومؤلفها، ومنه ظهر مكنونها وعنه أخذت قوانينها»^(١).

أما الإمام محمد عبده الذي شرح نهج البلاغة فيقول في مقدمته عن هذا الكتاب الجليل : «فتصفحت بعض صفحاته، وتأملت جملاً من عباراته، من مواضع مختلفات، ومواضع متفرقات، فكان يخيل لي في كل مقام أن حروباً شبت وغارات شنت، وأنَّ للبلاغة دولة، وللصفاحة صولة، وأنَّ مدبر تلك الدولة وباسل تلك الصولة هو حامل لوائها الغالب أمير المؤمنين علي ابن أبي طالب. بل كنت كلما انتقلت من موضع إلى موضع، أحس بتغير المشاهد وتحول المعاهد. فتارة كنت أجدني في عالم يغمره من المعاني أرواح عالية، من حلل من العبارات الزاهية، تطوف على النفوس الزاكية، وتدنو من القلوب الصافية، توحى إليها رشادها، وتقوم منها مرادها، وتنفر بها عن مداحض المزال، إلى جواد الفضل والكمال. وأحياناً كنت أشهد أن عقلاً نورانياً لا يشبه خلقاً جسدانياً، فصل عن الموكب الإلهي واتصل بالروح الإنساني، فخلعه عن غاشيات الطبيعة وسما به إلى الملكوت الأعلى، ونما به إلى مشهد النور الأجل، وسكن به إلى عمار جانب التقديس، بعد

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ١ ص ٤٤.

استخلاصه من شوائب التلبيس»^(١)

لذلك يعتبر السابقون واللاحقون نهج البلاغة ملحمة إلهية، حَوَتْ الخطب والأدعية والوصايا والرسائل والكتب والأوامر والكلمات القصار التي جاءت على لسان وصي رسول رب العالمين، وموسوعة أدبية، علمية، دينية شاملة تعالج قضايا العصر الدينية والدنيوية .

ومن صلاح العالم والأمة الإسلامية دراسة هذا التراث العظيم والاستفادة منه - لكونه يُعد في المرتبة الثالثة بعد القرآن والسنة النبوية - في حياتهم اليومية والاجتماعية، لما فيه من منافع عظيمة وأسس قوية، قادرة على الأخذ بيد الإنسان نحو شاطئ السلامة والأمن والإيمان والخير والمحبة، الذي يؤدي إلى الكمال والاستقامة .

هذه الملحمة الإلهية عبارة عن سلسلة مترابطة الحلقات، وفصول رائعة متعددة يكمل بعضها بعضاً، ولو استعرضناه بإيجاز لوجدناه يتمتع بميزات مهمة :

- ١ - الفصاحة والجمال .
- ٢ - الشمول والاستيعاب .
- ٣ - الإعجاز .
- ٤ - لا تُمل قراءته ولا يُشبع من مطالعته ولا تنسى حلاوته .

أما خصائصه فعديدة أهمها :

- ١ - دليل حي على عبقرية وعظمة الإمام علي عليه السلام وأنه بحق باب علم النبي .
- ٢ - توضيح كامل وشامل لسيرة وشخصية الإمام التي خلدها التاريخ

(١) مقدمة نهج البلاغة للأستاذ الإمام الشيخ محمد عبده .

القديم والحديث، الإسلامي وغير الإسلامي .

٣ - برهان ناطق وساطع على الاستقامة والإيمان المطلق عند الإمام علي عليه السلام .

٤ - منهاج رائع مكمل ومتكامل للقضايا الدينية والدينية التي جاءت على لسان القرآن والسنة النبوية .

٥ - منهاج تربوي وأخلاقي للكبار والصغار، للنساء والرجال للماضي والحاضر والمستقبل .

٦ - دستور متكامل ومحكم لنظام وأسلوب الحكم والإدارة .

٧ - يؤكد على مسألة التوحيد ومعرفة الله .

٨ - يؤكد على الإيمان بالنبوة والأنبياء .

٩ - يؤكد على ضرورة الإيمان بالإمامة والأئمة .

١٠ - ينبئ كثيراً على مسألة الإيمان بالمعاد (البعث والحساب والعقاب والجنة والنار) .

١١ - يبحث ويوضح العلاقات والشؤون الاجتماعية بين المسلمين خاصة والبشر عامة .

١٢ - يدعو إلى الحكمة والموعظة الحسنة مثل :

أ - التحذير من هوى النفس .

ب - الترغيب في الاحسان .

ج - التوكل .

د - الزهد والتقوى .

١٣ - يمثل نهج البلاغة مقاطع وصوراً حية متنوعة من تاريخ العالم القديم والحديث .

١٤ - موسوعة نفيسة لمختلف العلوم التي تخص المخلوقات

الإنسانية والحيوانية والنباتية والمادية .

- ١٥ - يحتوي على الكثير من العلوم والفنون العسكرية .
- ١٦ - يعتبر نهج البلاغة تحفة خالدة للبلاغة والبيان، والفصاحة والكلام، والنحو والبديع، والرمز والكناية .
- ١٧ - استعراض أمين وصادق للأحداث الاجتماعية والتاريخية والسياسية التي عصفت بتلك الحقبة من التاريخ الإسلامي .
- ١٨ - يحوي الكثير من النصائح والإرشادات الزراعية والصناعية .
- ١٩ - يدعو إلى التطور والتقدم واكتساب الفنون الحرفية والعمل .
- ٢٠ - منهج واضح لتنظيم العلاقة بين الدين الإسلامي والأديان السماوية الأخرى .

- ٢١ - يحوي الكثير من العلوم والأحداث التي ستقع في المستقبل .
- ٢٢ - تتجلى فيه الكثير من التعاليم الإسلامية الاقتصادية التي تضمن العدالة داخل المجتمع الإسلامي والعالمي .

- ٢٣ - مرآة ساطعة للسياسة التي يريدها الدين الإسلامي الحنيف التي تتمثل في الخوف من الله، والصدق والأمانة في التعامل داخلياً وخارجياً .
- ٢٤ - يعرض نهج البلاغة الفلسفة الإسلامية بأحلى وأجمل لباسها، كمعرفة الله، والإيمان المطلق بعظمة الله، ومعرفة النفس، والتعامل مع الآخرين ضمن حدود المجتمع الإسلامي .

- ٢٥ - يؤكد نهج البلاغة على حقوق الإنسان وأهميتها في الإسلام فيقول الإمام: «أما بعد فإنما أهلك من كان قبلكم أنهم منعوا الناس الحق فاشتروه، وأخذوهم بالباطل فاقتدوه»^(١) و «اتقوا الله في عباده وبلاده فإنكم مسؤولون حتى عن البقاع والبهائم، أطيعوا الله ولا تعصوه، وإذا رأيتم الخير

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ٣ ص ١٣٨ .

فخذوا به، وإذا رأيتم الشر فأعرضوا عنه»^(١).

٢٦ - يدعو إلى ضرورة العمل الحلال والتجارة الحرة وكيفية تنميتها.

٢٧ - السياسة القضائية الإسلامية التي ارادها الله ورسوله تتجلى

بوضوح في نهج البلاغة .

٢٨ - السياسة الأمنية الداخلية والخارجية موضحة بأحلى صورها

وأطرها بما ينفع المجتمع الإسلامي منذ ذلك العصر وللحاضر والمستقبل .

٢٩ - الحرية الشخصية والعامة تتجلى بما لا يقبل الشك في نهج

البلاغة، ورسالة الإمام علي عليه السلام إلى عامله بالمدينة : «الناس أحرار في

أموالهم وأنفسهم» هي أعظم وسام عُلق على صدر الإنسانية قديماً وحديثاً .

٣٠ - أطروحة كاملة في علم النفس تغني الأفراد والجماعات والمجتمع .

٣١ - وأخيراً فإن الإرشادات والنصائح والتعاليم الطبية التي حواها نهج

البلاغة كثيرة ومتنوعة وجديرة بالاهتمام والمتابعة، لأهميتها الروحية والجسدية

والاجتماعية، والتي هي محط بحثنا في هذا الكتاب.

قال الإمام علي عليه السلام : علمني حبيبي رسول الله ألف باب من العلم

لكل باب ألف باب (أي مليون باب). والمقصود التقريبي من الباب هو

موسوعة أو مكتبة علمية كبيرة، ويتعبير آخر مليون مكتبة علمية إلهية،

علومها ثابتة أكيدة غير قابلة للتغيير والتطوير لكونها من لدن حكيم خبير .

هذه المكتبات أو الموسوعات تحتوي وتشتمل على العلوم بأصنافها

المعروفة وغير المعروفة، الظاهرة والباطنة، المكتشفة حالياً والتي ستكتشف

في المستقبل، من تلك العلوم التي تلقّاها الإمام من الرسول الكريم العلوم

الطبية بأنواعها وأقسامها وصنوفها، القديمة والحديثة، الروحية والجسدية،

الإرشادية والعلاجية، الوقائية والبيئية .

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ٩ ص ٢٨٨ .

لكن وللأسف الشديد ولأسباب اجتماعية وسياسية وعلمية لم يجد الإمام الأجواء المناسبة والملائمة للتصريح بتلك العلوم وبثها بين الناس، وذلك لعدم وجود الاستعداد العقلي والعلمي لاستيعاب ودرك وتقبل تلك العلوم، لأن المنطقة كانت تعيش حياة بدائية، لا تستطيع من خلالها تقبل العلوم والحقائق التي كان الإمام يحملها خصوصاً وانها كثيرة ومعقدة ويصعب على عقولهم المحدودة التسليم بها أو تصديقها، وفي عصرنا الحاضر كانت بعض الحقائق والعلوم غير مقبولة لدى أغلب الناس المتعلمين ممن يملكون الأجهزة الحديثة والإمكانات المادية، فكيف بأولئك الناس الذين عاشوا ذلك العصر وأفنوا حياتهم بالزراعة والفروسية وبعض الصناعات اليدوية البسيطة. لتلك الأسباب وتأسياً بقول الرسول الكريم ﷺ: «نحن معاشر الأنبياء أمرنا أن نكلم الناس على قدر عقولهم» كان الإمام علي عليه السلام يعرض القضايا الطبية بصورة شفافة ومبسطة لتكون مقبولة وقريبة إلى أذهان الناس الذين عاصروهم، ولو أباح الإمام بما عنده من العلوم الطبية التي يعرفها والتي لا تستوعبها آلاف الكتب والتي ستعرف بالمستقبل نتيجة التقدم العلمي والبحث والدراسة لوقع الناس في حيرة وتخطب قد يتزعزع معه الإيمان أو قد تصل بهم الأمور إلى اتهام الإمام بطرح قضايا بعيدة عن العقل والواقع، لذا قال: «بل إندمجت على مكنون علم لو بحث به لاضطربتم اضطراب الأريشية في الطوي البعيدة»^(١).

لذلك كان الإمام يطرح القضايا الطبية بصورة مبسطة قريبة إلى واقع الناس وادراكهم الذهني بالرغم من قوله وفي مناسبات عديدة: «سلوني قبل أن تفقدوني لولا آية في كتاب الله: ﴿يَمْحُوا اللَّهُ مَا يَشَاءُ وَيُثَبِّتُ وَعِنْدَهُ أُمُّ

الكتاب ﴿لَاخْبَرْتُكُمْ بِمَا كَانَ وَمَا يَكُونُ وَمَا هُوَ كَائِنْ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ﴾^(١) وقوله وهو يصف رسول الله «طَيْبٌ دَوَّارٌ بِطَبِّهِ، قَدْ أَحْكَمَ مَرَاهِمَهُ، وَأَحْمَى قَوَاسِمَهُ، يَضَعُ ذَلِكَ حَيْثُ الْحَاجَةُ إِلَيْهِ مِنْ قُلُوبٍ عُمِيٍّ، وَأَذَانٍ صُمٍّ، وَالسِّنَةِ بِكُمْ، مُتَتَّبِعٌ بِدَوَائِهِ مَوَاضِعَ الْعَقْلَةِ وَمَوَاطِنَ الْحَيَرَةِ»^(٢).

ولكن الإمام لم يجد العقول المتكاملة الجديرة بقبول ما يحمله من علوم طبية نافعة لو قيلت لاستفادت منها البشرية على مر العصور، لأنها كما قلنا علوم إلهية ثابتة نافعة غير قابلة للتغيير أو التبديل، وهذا ما صرح به الإمام: «وَاللَّهِ لَوْ شِئْتُ أَنْ أَخْبِرَ كُلَّ رَجُلٍ مِنْكُمْ بِمَخْرَجِهِ وَمَوْلَجِهِ وَجَمِيعِ شَأْنِهِ لَفَعَلْتُ»^(٣). وقوله **عَلَيْهِ السَّلَامُ** : «إِنْ فِي صَدْرِي هَذَا لَعَلَّمَا جَمَاعاً عَلَّمْنِيهِ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ وَلَوْ أَجْدَ لَهُ حَفْظَةً يَرَعُونَهُ حَقَّ رِعَايَتِهِ وَيُرَوِّنُهُ عَنِّي كَمَا يَسْمَعُونَهُ مِنِّي إِذَا لَأُودَعْتَهُمْ بَعْضُهُ»^(٤).

ولتقريب الموضوع للأذهان نقول: لو أراد الإمام أن يشرح للناس بالتفصيل جهاز المناعة الموجود بجسم الإنسان لوقعوا في حيرة وشك عظيمين، لأنهم بعيدون جداً عن معرفة تركيب جسم الإنسان الذي يحوي آلاف الأجهزة الألكترونية المعقدة التي لم يتوصل إلى معرفتها بالكامل علماء عصرنا الحاضر الذين، يملكون مختلف الأجهزة الطبية والعلمية الحديثة التي كثيراً ما ساعدت على التعرف على بعض حقائق الإنسان وخصائصه، لذا لخص للسامعين موضع علم المناعة ببيت من الشعر:

دَوَاؤُكَ فَيْكَ وَمَا تُبْصِرُ وَدَاؤُكَ مِنْكَ وَمَا تَشْعُرُ

(١) الارشاد للشيخ المفيد ص ٢٥ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ٧ ص ١٨٣ .

(٣) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ١٠ ص ١٠ .

(٤) الخصال ج ٢ ص ١٧٥ .

والى الآن لم يستطع العلماء معرفة أشياء كثيرة عن حقيقة الإنسان وعمل أعضائه، كالمخ على سبيل المثال، وكيف يستطيعون معرفة من خلقه الله في أحسن تقويم، إذ لا يزال العلماء يكتشفون كل يوم حقائق جديدة وفعاليات فريدة تجعلهم يقفون بإجلال وخشوع للخالق العظيم الذي أتقن صنع كل شيء بما فيه الإنسان، فيزدادون إيماناً وتسليماً ﴿إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ﴾^(١) وقد خاطب الإمام هذا الإنسان الذي لا يدرك عظمته وحقيقته في مواقع عديدة: «من عرف نفسه عرف ربه»

وَتَحَسْبُ أُنْكَ جِرْمٌ صَغِيرٌ وَفِيكَ انْطَوَى الْعَالَمُ الْأَكْبَرُ
لتلك الأسباب الاجتماعية السائدة التي مر ذكرها كان الإمام يطرح بعض علومه الطبية بأسلوب رائع مبسط يتقبله الجميع ويفهمه أغلب الناس، وقد صب جُلَّ اهتمامه على الجانب الإرشادي والوقائي، لكونه الحجر الأساس الذي من خلاله نتوقى من أغلب الأمراض خصوصاً المعدية منها، وبذلك نتخلص من الركض وراء العلاج وتكاليفه المالية والجسدية .

إن أقوال الإمام كانت تخاطب الروح والعقل، وتنقل الإنسان من وَحَلِ العالم المادي ومنزلقاته إلى عالم تسمو فيه الروح ويتحكم فيه العقل ليعيش الإنسان حلاوة التقوى والإيمان، ولعل إرشاداته وأقواله الروحية البليغة التي زخر بها نهج البلاغة هي بلسم شافٍ لكثير من أمراضنا الروحية والنفسية التي تنخر في المجتمع الإسلامي منذ ذلك الزمان وحتى وقتنا الحاضر، حيث نرى ملايين الناس الذين يعانون ويكابدون بألم أمراضهم الروحية والنفسية التي يصعب علاجها والخلاص منها وما ذلك إلا نتيجة الحياة المعقدة التي أوجدوها بأنفسهم والتي أوقعتهم في أحضان الدنيا ومغرياتها المادية فأدت في نهاية المطاف إلى إنسلاخهم عن عوائلهم ومجتمعهم .

كان عليه السلام يربط بشكل رائع بين الإرشاد الطبي والعلاج ولا يترك مناسبة خاصة أو عامة إلا وبين منها العديد من الحلول للقضايا الطبية التي كان يعاني منها المجتمع في تلك الفترة من الزمن ليدفع عنهم الإصابات بالأمراض وخطر الموت والعجز.

ولعل ما وصل إلينا من علوم طبية عن طريق أهل البيت هو النزر اليسير بسبب الهجمة الشرسة لأعدائهم الذين حاولوا بحقد وكراهية محو وطمس علومهم، إلا أن الله أبى إلا أن يتم نوره وعلمه عن طريق القرآن والأئمة الأطهار، وما نجده الآن من علوم طبية مختلفة الجوانب في نهج البلاغة ما هي إلا تكملة الهية ونعمة ربانية للعلوم القرآنية والنبوية وكيف لا وعلى قرين القرآن وباب علم الرسول.

إن العلوم الطبية الإعجازية التي جاءت في نهج البلاغة لها دلالات عديدة:

١ - دليل ساطع وبرهان واضح على كون الإمام علي هو وصي رسول الله .

٢ - دليل علمي وعقلي لا يقبل الشك على معصومية وولاية الإمام الدينية والتكوينية .

أما العلوم الطبية التي وردت في نهج البلاغة فتشمل عدة أقسام:

١ - روحية ونفسية .

٢ - جسدية :

أ - علم التشريح .

ب - علم الفسلجة .

ج - علم الطفيليات .

- د - الصحة العامة .
 - هـ - الطب الشرعي أو العدلي .
 - ٣ - علاجية .
 - ٤ - وراثية .
 - ٥ - بيئية .
 - ٦ - علم الأجنة .
 - ٧ - علوم طبية ظاهرة .
 - ٨ - علوم طبية باطنة .
 - ٩ - علوم طبية آنية .
 - ١٠ - علوم طبية مستقبلية .
 - ١١ - علوم طبية ثابتة غير قابلة للتغيير .
 - ١٢ - علوم طبية إعجازية لكون بعضها لم يعرف إلا في العقود الأخيرة وبعضها لم يعرف لحد الآن .
 - ١٣ - علوم طبية نافعة خالية من الأضرار والمضاعفات لكونها إلهية .
- من هذا يتضح أن الإمام علي عليه السلام يحمل من العلوم الطبية الإلهية أكثر مما يحمله مثات الأطباء المتخصصين في الحقول الطبية المختلفة ولكنها وللأسف بقيت مكتومة في صدره الكريم لأنه لم يجد عندهم الإمكانية والاستعداد لتقبل تلك العلوم والاحتفاظ بها وتطبيقها عملياً . هذه الحقيقة يعرفها الإمام حق المعرفة ويدركها كمال الإدراك لذلك أشار في إحدى خطبه قائلاً: «إِنَّ ههنا لِعِلْماً جَمْعاً لو أَصْبَتْ لَهُ حَمَلَةٌ»^(١) .

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ١٨ ص ٣٤٦ .

ما في هذا الكتاب :

وأنا هنا في هذه الوريقات المتواضعة أحاول توضيح وتقريب وشرح بعض ما قاله الإمام علي عليه السلام في كتاب نهج البلاغة، من الناحية الطبية، كي يتبين للقارئ الكريم عظمة ومقام الإمام الذي نطق بتلك الحقائق الطبية قبل ١٣٨٠ سنة والعالم يغط في سبات عميق من الجهل والتأخر ولا يعرف عن القضايا الطبية إلا النزر اليسير، وعظمة الإمام تكمن بأنه نطق بها من دون دراسات أكاديمية أو مختبرات علمية مجهزة بالمجاهر الإلكترونية والأجهزة الحديثة الدقيقة التشخيص، هذه الخاصية الفريدة تدل بلا ريب على مصداقية علومه الإلهية التي أخذها عن الرسول الأكرم عن جبرائيل عن الله، فهي بلا شك علوم ربانية متكاملة محكمة لا تقبل النقاش والجدل والدحض والتغيير، بل على العكس مطابقة ومؤيدة للكثير من العلوم الطبية الحديثة التي توصل إليها العلماء بعد جهد جهيد وعمل مثابر لسنوات عديدة، ونحن كمسلمين يحق لنا أن نفتخر أمام العالم بالإمام علي عليه السلام باعتباره الطبيب الإسلامي الأول بعد رسول الله صلى الله عليه وآله، وأن نرفع الراية الإسلامية عالياً وإلى الأبد لكون العلوم الطبية التي جاء بها القرآن الكريم والرسول العظيم ووصيه الأمين هي علوم طبية ثابتة، دائمة، مفيدة، نافعة، خالية من الضرر والمضاعفات، تصلح لجميع الناس ولكافة العصور، وصدق الرسول الكريم عندما قال : «أنا مدينة العلم وعلي بابها فمن أراد المدينة فليأت الباب» .

يبقى سؤال قد يتردد في أذهان كثير من الناس وهو هل يمكن الاستفادة في الوقت الحاضر من العلوم الطبية التي تحدّث عنها الإمام في نهج البلاغة، بالرغم من قدمها وما نراه في وقتنا الحاضر من تقدم في العلوم الطبية نظرياً وعملياً وتكنولوجياً؟ الجواب بسيط ولا يحتاج إلى تفكير، وهو : أن الباحثين وعلماء الطب على مختلف درجاتهم وجنسياتهم أثبتوا وأكدوا على

أن أغلب الأمراض الجسدية ما هي إلا إفرازات للمعانات الروحية والنفسية التي يعيشها البشر، فإذا ابتعد الإنسان عن مواطن الصدمات والمعانات والآلام وتجنب الولوج في القضايا العصبية والنفسية، أصبح معافاً أو قليل الإصابة بالأمراض الجسدية والعضوية المختلفة التي تكلفه السلامة والمال.

وبما أن أغلب إرشادات الإمام عليه السلام هي إرشادات روحية ومعنوية تدعو الإنسان إلى التوكل والزهد والقناعة والتقوى، وترك حب الدنيا الذي هو رأس كل خطيئة، ونبذ الحقد والحسد والكراهية، وطرد الهم الذي يهدم الحياة ويجعل الإنسان يعيش الخوف والقلق والوسوسة «الهم نصف الهرم» أدركنا أهمية أقوال الإمام التي تحث الإنسان على التسامي والتسامح والعيش بضمير طاهر وذهن مرتاح كي لا يقع أسير الأمراض الجسدية المؤذية التي قد تكلفه حياته وشقاء الآخرين.

وما نراه في عصرنا الحاضر من أمراض عضوية كثيرة كالسكتة القلبية والدماغية، والإصابة بمرض السكر، وضغط الدم، وقرحة المعدة، والأمعاء، وأمراض السرطان المختلفة، وأمراض الدم، والقلق والاضطراب النفسي، والأرق الشديد، ما هي إلا إفرازات طبيعية لمشاكل العصر التي كبلت الإنسان المعاصر بمختلف الأمراض النفسية. لذا يجب علينا أن نهتم بهذا الجانب الحيوي، ونُتبع إرشادات وتعاليم ومواعظ الإمام عليه السلام، التي دأبت تحث الإنسان المسلم على القناعة والتوكل والإيمان المطلق بقضاء الله وقدره، وترك الركن وراء القضايا المادية الزائلة، حتى تصبح حياتنا نعيم دائم تظللها السعادة ويتخللها الرفاه. وبالعكس فإن ترك تلك الإرشادات وعدم الاهتمام بها سوف يؤدي بنا إلى الوقوع أسرى تلك الأمراض التي ستحول حياتنا إلى قلق دائم واضطراب محكم وخوف متواصل يشمل الحاضر والمستقبل وعندها تصبح الحياة جحيماً لا يطاق، وتؤدي إلى أرق لا يزول إلا بالأقراص المهدئة، وصدق الرسول الكريم عندما قال: «الوقاية خير من العلاج».

معجزات الهية

قال الإمام علي عليه السلام :

«أَيُّهَا الْمَخْلُوقُ السَّوِيُّ وَالْمُنْشَأُ الْمَرْعِيُّ فِي ظُلُمَاتِ الْأَرْحَامِ
وَمُضَاعَفَاتِ الْأَسْتَارِ ، بُدِئْتَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ ، وَوُضِعْتَ فِي قَرَارٍ
مَكِينٍ ، إِلَى قَدَرٍ مَعْلُومٍ وَأَجَلٍ مَقْسُومٍ ، تَمُورُ فِي بَطْنِ إِمَّاكَ جَنِينًا ، لَا
تُحِيرُ دُعَاءً وَلَا تَسْمَعُ نِدَاءً ، ثُمَّ أُخْرِجْتَ مِنْ مَقَرِّكَ إِلَى دَارٍ لَمْ تَشْهَدْهَا
وَلَمْ تَعْرِفْ سُبُلَ مَنَافِعِهَا . فَمَنْ هَذَاكَ لِاجْتِرَارِ الْغِذَاءِ مِنْ ثَدْيِ أُمِّكَ ،
وَعَرَّفَكَ عِنْدَ الْحَاجَةِ مَوَاضِعَ طَلَبِكَ وَإِرَادَتِكَ؟ هِيَ هَاتِ إِنَّ مِنْ يَعْجِزُ عَنْ
صِفَاتِ ذِي الْهَيْئَةِ وَالْأَدَوَاتِ (أَيِ الْأَشْيَاءِ الْمَخْلُوقَةِ) فَهَوَ عَنْ صِفَاتِ
خَالِقِهِ أَعْجِزُ ، وَمِنْ تَنَاوُلِهِ بِحُدُودِ الْمَخْلُوقِينَ أَبْعَدُ»^(١) .

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٩ ص ٢٥٧ .

«أَيُّهَا الْمَخْلُوقُ السَّوِيُّ وَالْمُنْشَأُ الْمَرْعِيُّ»

يخاطب الإمام الإنسان ليلفت انتباهه إلى الرعاية الإلهية التي جعلته في أحسن تقويم ، متكامل الخلقة والصفات ، رعته العناية الربانية بدقة وإبداع ، حتى أوجدته على هذه الصورة الحسنة : «صُنِعَ اللَّهُ الَّذِي أَتَقَنَ كُلَّ شَيْءٍ»^(١) .

إن تلك الخلقة إنما تمت وتكاملت بإرادة الله ورعايته ، وحُفِظَتْ من المكروه بقدرته ، حيث هيئ له الأسباب والمتطلبات التي تديم الحياة وتبعد الأضرار والمضاعفات «صَوَّرَ اللَّهُ الْجَنِينَ فِي الرَّحِمِ حَيْثُ لَا تَرَاهُ عَيْنٌ وَلَا تَنَالُهُ يَدٌ ، وَيُدَبِّرُهُ حَتَّى يَخْرُجَ سَوِيًّا مُسْتَوْفِيًّا جَمِيعَ مَا فِيهِ ، قَوَامُهُ وَصَلَاحُهُ مِنَ الْأَحْشَاءِ وَالْجَوَارِحِ وَالْعَوَامِلِ إِلَى مَا فِي تَرْكِيبِ أَعْضَائِهِ مِنَ الْعِظَامِ وَاللَّحْمِ وَالشَّحْمِ ، وَالْعَصَبِ وَالْمَخِ وَالْعُرُوقِ وَالْغِظَارِيفِ ، فَاذَا خَرَجَ إِلَى الْعَالَمِ تَرَاهُ كَيْفَ يَنْمُو بِجَمِيعِ أَعْضَائِهِ وَهُوَ ثَابِتٌ عَلَى شَكْلِ وَهِيئَةٍ لَا تَتَزَايِدُ وَلَا تَنْقُصُ إِلَى أَنْ يَبْلُغَ أَشَدَّهُ إِنَّ مَدَّةَ فِي عَمْرِهِ أَوْ يَسْتَوْفِي مَدَّتَهُ قَبْلَ ذَلِكَ . هَلْ هَذَا إِلَّا مِنْ لَطِيفِ التَّدْبِيرِ وَالْحِكْمَةِ؟»^(٢) .

«فِي ظُلُمَاتِ الْأَرْحَامِ وَمُضَاعَفَاتِ الْأَسْتَارِ»

الجنين عندما ينمو ويكبر ويتحرك في بطن أمه يكون محمياً ومحجوباً بأستار وظلمات تقيه شر الصدمات والمؤذيات ؛ سواء كانت داخلية أو خارجية ، والظلمات الثلاث هي :

(١) سورة النمل ، الآية : ٨٨ .

(٢) توحيد المفضل للإمام الصادق عليه السلام ص ٥٨ .

١ - ظلمة البطن .

٢ - ظلمة الرحم .

٣ - ظلمة المشيمة والسائل الأمينوسي المحيط بالجنين .

والجنين في تلك الحالة لا يعلم شيئاً ولا يستطيع دفع الأذى عن نفسه ، مغمض العينين ، غذائه من دم أمه ، لا يستطيع الكلام ليقول ما يريد ، ولا يفهم السؤال ليرد على ما يطلب منه .

«بُدِئْتُ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ»

خلق الله آدم ﷺ من الطين : ﴿الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانِ مِنْ طِينٍ﴾^(١) .

الإنسان ينمو ويكبر سواء كان ذكراً أم أنثى ، من خلال تناوله الأغذية المتنوعة التي تجود بها أرض الله ، وعند البلوغ يصبح الرجل قادراً على إنتاج الحيامن المنوية من البيضتين ، والمرأة تبدأ إنتاج البيوض من المبايض ، وكلا الانتاجين جاءا من الأرض ، أو خلاصة الطين التي قدمت لنا أنواع الأطعمة والفواكه بما فيها لحوم الحيوانات التي عاشت على ما قدمته الأرض من أعشاب وحشائش ، وخلاصة الأمر : أن الإنسان خلق من الطين وما يحويه ، والأجدر به التواضع والزهد ، لا التكبر والتفاخر والتعال ، لأن الأصل واحد : ﴿مِنْهَا خَلَقْنَاكُمْ وَفِيهَا نُعِيدُكُمْ وَمِنْهَا نُخْرِجُكُمْ تَارَةً أُخْرَى﴾^(٢) .

(١) سورة السجدة ، الآية : ٧ .

(٢) سورة طه ، الآية : ٥٥ .

«وَوُضِعَتْ فِي قَرَارٍ مَكِينٍ»

بعد أن يتم التقاء الحَيَمَن بالبيضة يتم التلقيح ، حيث يبدأ الجنين بالتكوين من خلال استقراره في باطن الرحم المهيأ لاحتضان البيضة الملقحة من خلال الهرمونات التي يفرزها المبيض والغدة النخامية والمشيمة حين تكاملها ؛ وعندها يبدأ غشاء الرحم بالنمو والتضخم ليكون العش الأحسن للملائم والمستعد لاحتضان البيضة الملقحة وحتى نموها الى جنين متكامل يبلغ وزنه عدة كيلو غرامات . هذه الرحم الفاقدة للاعصاب الحسية الخاصة بالألم والضغط تنمو وتكبر وتمدد مع نمو الجنين حتى يبلغ حجمها آلاف المرات حجمها الأصلي ، وبذلك تسمح للجنين بالنمو والحركة بحرية وأمان .

خلال فترة النمو تقوم المشيمة بتزويد الجنين بالغذاء اللازم الذي يأتي إليها من دم الأم عبر الحبل السري .

أما السائل الأمينوسي الذي يحيط بالجنين ، فهو سائل خاص خلقه الله كي يسمح للجنين بحرية الحركة ، ويمنع تأثير تقلصات الرحم على الجنين ، كما ويقي الجنين من تأثيرات الصدمات الخارجية التي قد تتعرض لها الأم أثناء فترة الحمل . هذا من الداخل ، أما من الخارج : فتواجهنا الأربطة المتعددة التي تمتد من أجزاء الرحم المختلفة لترتبط مع عضلات وعظام الحوض ، هذه الأربطة لها عدة وظائف :

- ١ - حمل الرحم .
- ٢ - المحافظة على وضعية الرحم الملائمة للحمل والنمو والولادة .
- ٣ - تمنع الرحم من الانقلاب إلى الخلف أو الأمام أو الهبوط إلى

الأسفل عندما يزداد وزنها وحجمها آلاف المرات .

الأربطة تتألف من الرباطين المدورين ، والرباطين العريضين ، وأربطة العنق ، الأمامية والخلفية والرباطين الرحميين العجزيين .
بعد الأربطة يأتي دور عظام الحوض التي تحيط بالرحم من كافة الجهات ؛ وقد خلقها الله ووضعها بصورة جميلة ثلاثم قوام المرأة وجمالها ؛ وكما تسمح بنمو الرحم إلى الأعلى ، وتعتبر الركن الأساسي في الحفاظ على الرحم والجنين من الأخطار الخارجية التي قد تواجه الأم أثناء الحمل .

تتألف عظام الحوض من :

١ - عظم العجز والعصعص من الخلف .

٢ - العظمين الحرقفيين من الجانبين .

٣ - عظمي العانة من الأمام .

تحاط عظام الحوض بعضلات قوية مختلفة الأطوال والأشكال لتشكل مع عظام الحوض درعاً قوياً يحمي الرحم ومحتوياته ؛ وبهذه التركيبة الهندسية الألهية المحكمة صار الجنين يتمتع بالحماية الكافية (قرار مكين) .

«إلى قَدَرِ معلومٍ وأَجَلٍ مَقْسُومٍ»

يقدر أطباء النسائية والتوليد مدة الحمل الطبيعي بـ (٢٧٠) يوماً منذ تلقيح البويضة حتى خروج الجنين من بطن الأم مع زيادة ونقصان بأيام أو أسابيع ؛ ولم يعرف العلماء بالضبط العوامل المحركة لعملية الولادة ، التي

تبدأ بآلام خفيفة ثم تزداد مع زيادة دفعات الطلق التي تعاني منها الحامل ؛ الأطباء يفترضون فرضيات ميكانيكية وهرمونية لها دور فعال في عملية شروع الولادة ؛ وفي كل الأحوال تخضع تلك العوامل للإرادة الربانية التي ترعى الأم والطفل حيث تشرع الولادة بتقلصات دورية للرحم ؛ تكون خفيفة في البداية وبفواصل متباعدة ، ثم تزداد التقلصات وتقترب مدتها مع ازدياد الآلام ، حيث يشتد المخاض وتحصل الولادة . وهذا هو القدر المعلوم الذي أشار اليه الإمام علي عليه السلام ، إذا سارت الأمور على ما يرام ، ولكن قد يحدث ما لم يكن بالحسبان ، حين تتعرض الأم والجنين إلى أمراض وصدمات تؤدي إلى ولادة مبكرة قبل موعدها المقرر بأيام أو أشهر ؛ يتولد خلالها جنين غير متكامل النمو يسمى بالخديج ، أو قد تحدث عملية : إسقاط في الأشهر الأولى ، وتؤدي إلى موت الجنين (وأجل مقسوم) .

«تَمُورُ فِي بَطْنِ إِمَّاكَ جَنِينًا ، لَا تُحِيرُ دُعَاءٌ وَلَا تَسْمَعُ نِدَاءٌ»

في بداية الشهر الرابع من الحمل ، يصبح الجنين متكامل الخلقة ويبدأ بالحركة حالما تتم عملية اتصال الجهاز العصبي بالعضلات وأجهزة الجسم الأخرى ؛ وتشعر الأم بحركة جنينها في نهاية هذا الشهر . أما في الشهر الخامس وما بعده فيبدأ الجنين بالحركة والسباحة في السائل الأمينوسي داخل الرحم ؛ فينقلب يسرة ويمنة وأعلى وأسفل ، لكنه مغمض العينين ، لا يستطيع الكلام أو ارجاع الجواب حين النداء والسؤال ، لعدم قدرته على الفهم والنطق ، ولوجوده داخل ظلمات ثلاث تجعله بعيداً عن مؤثرات العالم الخارجي .

«ثُمَّ أُخْرِجَتْ مِنْ مَقَرِّكَ إِلَى دَارٍ
لَمْ تَشْهَدْهَا وَلَمْ تَعْرِفْ سُبُلَ مَنَافِعِهَا»

الإمام عليه السلام في هذه الفقرة من كلامه المبارك يقول: أخرجت، ولم يقل خَرَجَتْ، أي أنك أيها المخلوق لم تخرج بإرادتك، وإنما أخرجتك الإرادة الألهية الحكيمة التي رعتك حتى اكتملت أعضاؤك وأصبحت قادراً على مواجهة الحياة الجديدة «حتى إذا كمل خلقه، واستحكم بدنه، وقوى أديمه على مباشرة الهواء، وبصره على ملاقة الضياء، هاج الطلق بأمه فأزعجه أشد الإزعاج وأعنفه حتى يولد، فإذا ولد صرف ذلك الدم الذي كان يغذيه من دم أمه إلى ثديها، وانقلب الطعم واللون إلى ضرب آخر من الغذاء، وهو أشد موافقة للمولود من الدم، فيوافيه في وقت حاجته إليه»^(١). الحياة الجديدة (حياة الدنيا) لم يتصورها الجنين حيث الرغد والراحة والدفع والحنان والأمان والغذاء السهل والدائم وهو قابع في بطن إمه. دنيا تتطلب منه الحركة والجهد، وطلب الغذاء والعناية والحماية والتنظيف، ومواجهة المشاكل والأخطار والأمراض. دنيا يعيش فيها الطفل وهو حيران ولهان، يتعرض فيها كل ساعة للنور والأصوات والضوضاء، وتقلبات الجو، وطلب الغذاء الذي يجبره على الصراخ عند حاجته إليه؛ وإذا أصيب بمرض ما فلا يعرف إلا البكاء وعدم النوم، وتحريك اليدين والرجلين، بطريقة يعبر فيها عن آلامه ومشاعره في مواجهة تلك الحالات.

(١) توحيد المفضل للإمام الصادق عليه السلام ص ٤٨.

«فَمَنْ هَذَاكَ لاجترارِ الغذاءِ من ثدي أمِّكَ
وَعَرَفَكَ عِنْدَ الْحَاجَةِ مَوَاضِعَ طَلَبِكَ وَإِرَادَتِكَ ؟»

سؤال فلسفي ومنطقي يوجهه الإمام للفت أفكارنا وعقولنا إلى الإلهام الإلهي الذي هدى الرضيع إلى امتصاص الحليب من ثدي أمه ؛ وكيف أن الثدي زود بحلمة بارزة مطاطية التكوين سهلة الجذب ، تكفل للطفل الرضيع مص الحليب بسهولة وبساطة (ذكرنا في كتابينا : القرآن والطب الحديث ، والسنة النبوية والطب الحديث تفاصيل فوائد الرضاعة الطبيعية وكيفية نزول الحليب) «وحين يولد الطفل يتلمظ ويحرك شفثيه طلباً للرضاع ، فيجد ثدي أمه كالأدواتين المعلقتين لحاجته فلا يزال يتغذى باللبن ما دام رطب البدن ، رقيق الأمعاء لين الأعضاء ؛ حتى إذا تحرك واحتاج إلى غذاء فيه صلابة ليشتد ويقوى بدنه طلعت له الطواحن من الأسنان والأضراس ؛ ليمضغ بها الطعام فيلين عليه ويسهل له إساغته فلا يزال كذلك حتى يدرك»^(١)

وقد توصل العلماء في عصرنا الحاضر إلى أن الطفل إضافة إلى العناية الإلهية التي توجهه نحو ثدي أمه إلى وجود مادة كيميائية خاصة تجذب الطفل نحو حلمة ثدي أمه ؛ فيبدأ بالتقاطها ومصها ، وحينها تلعب الأعصاب والهرمونات دورها في جمع ودفع الحليب نحو فم الطفل الذي يستمر بالرضاعة حتى الأرتواء .

إن عملية الرضاعة هي عملية تربوية ونفسية تتم بين الأم والرضيع ضمن الرعاية الإلهية التي أحكمت التدبير ؛ فعند الجوع تتحرك المعدة

(١) توحيد المفضل للإمام الصادق عليه السلام ص ٤٨ .

ويبدأ الطفل بالصراخ وتحريك الشفاه طالباً الرضاعة من صدر أمه ؛ ولولا تلك المحفزات والمحركات الهرمونية والعضلية عند الأم والطفل لما تمت الرضاعة وعُرفت حاجة الرضيع إلى حليب أمه .

«هَيْهَاتَ إِنَّ مِنْ يَعْجُزُ عَنْ صِفَاتِ ذِي الْهَيْئَةِ وَالْأَدَوَاتِ فَهُوَ

عَنْ صِفَاتِ خَالِقِهِ أَعْجُزُ وَمِنْ تَنَاوُلِهِ بِحُدُودِ الْمَخْلُوقِينَ أَبْعَدُ»

إن الكلمات الإعجازية الواردة في خطاب الإمام تدل على أن الإنسان مخلوق أتقن الله صنعه ؛ فلا يدرك كنهه وحقيقته إلا العلماء العارفون المؤمنون ، والحديث القدسي يشير إلى ذلك : «من عرف نفسه عرف ربه» . إن عظمة تكوين الإنسان وخلقه تدل بلا شك على عظمة الخالق ، وعلى العكس فمن لم يعرف حقيقة نفسه فهو بلا ريب عن معرفة حقيقة خالقه أعجز ، وعن معرفة ما يحيط به من كائنات ومخلوقات أبعد ، وصدق أمير المؤمنين حين قال : «أم هذا الذي أنشأه في ظلمات الإرحام ، وشغف الأستار ، نطفة دهاقاً ، وعَلَقَةٌ مُحَاقاً وَجَنِيناً وَرَاضِعاً ، وَوَلِيداً وَيَافِعاً ، ثُمَّ مَنَحَهُ قَلْباً حَافِظاً ، وَلِسَاناً لَافِظاً ، وَبَصِيراً لَاحِظاً ، لِيَفْهَمَ مُعْتَبِراً وَيُقْصِّرَ مُزْدَجِراً»^(١) .

الهم والكآبة

قال الإمام علي عليه السلام :

«وَالْهَمُّ نِصْفُ الْهَرَمِ»^(١)

«إِطْرَحْ عَنْكَ وَارِدَاتُ الْهَمُومِ بِعِزَائِمِ الصَّبْرِ وَحَسَنِ

الْيَقِينِ»^(٢).

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ٣٤١ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١ ص ٣٢٤ .

الهم والغم والحزن والكآبة أعراض مرضية تبلورت في الإنسان منذ قديم الزمان ؛ ولازمته مع انفعالاته وقلقه واضطرابه المترافق مع المشاكل العائلية والاجتماعية والمالية . عالمنا الحاضر الذي يعج بأنواع المشاكل التي لا حصر لها ، صار يزخر بملايين الأفراد الذين يعانون الويلات من كابوس الأمراض النفسية بمختلف أنواعها واسمائها ؛ بما فيها مرض الكآبة الذي أحكم بطوقه على رقاب الكثير من الناس ، بسبب الأحداث البيئية والضغط النفسي الخائقة ، حتى صارت الكآبة مشكلة إجتماعية وطبية يُحسب لها الحساب في العديد من الدول بالأخص الدول الصناعية ؛ حيث تكثر مشاكل العمل ، وغلاء المعيشة ، وتفكك الأسرة ، والحقد والحسد ، فأصبحت روحية الإنسان المعاصر متدنية ، وصار أسير الهموم والأمراض .

الإمام علي عليه السلام حذر من الوقوع في فخ الدنيا وهمومها ، التي لا ينجم عنها إلا الإصابة بالأمراض المختلفة ، خصوصاً الروحية منها ، وما يتبع ذلك من أحزان ومآسي نتيجة ضعف الجسم وانهيار مقاومته الداخلية والخارجية ، وما يرافقه من انحطاط للقوى وتغير المظهر ، حتى يبدو الإنسان المهموم بصورة شيخ هرم وهو لم يبلغ الخمسين .

الإمام لخص الأعراض والمظاهر بجملة رائعة : «الهم نصف الهرم» ولم يكتف بذلك ، بل طرح ووضع الحل النفسي الناجح والناجع حين قال : «إطرح عنك واردات الهموم بعزائم الصبر وحسن اليقين» وهذا ما أيده وأكد عليه علماء النفس في الوقت الحاضر .

الإمام وهو يشخص العلاج اللازم أكد على الإيمان والصبر والشكر وحسن الظن واليقين بالله وبالناس . الإيمان هو الوسيلة الوحيدة والناجحة

التي يستطيع الإنسان من خلالها التغلب على الوسواس والأمراض ، كي يعيش الحياة بلطافتها وسعادتها كبقية البشر .

ولتبيان الصورة الواقعية لمرض الكآبة ، لا بدُّ لنا من تعريف القارئ الكريم بحقيقة وأسباب وأعراض وتشخيص هذا الداء الويل ؛ الذي فتك ولا يزال يفتك بملايين البشر الذين صاروا ضحيةً يؤسف عليها ، لصعوبة العلاج وعدم التشخيص المبكر .

أنواع الهموم :

- ١ - هم بسبب الذنوب ومعصية الله .
- ٢ - هم بسبب الحسد .
- ٣ - هم بسبب الخوف .
- ٤ - هم بسبب البخل .
- ٥ - هم بسبب الأمراض خصوصاً المزمنة .
- ٦ - هم بسبب الفقر .
- ٧ - هم بسبب تقدم السن والشيخوخة .
- ٨ - هم بسبب مخالفة القانون .
- ٩ - هم بسبب الخوف من الموت والبرزخ .
- ١٠ - هم بسبب حساب يوم القيامة .
- ١١ - هم بسبب سوء الخلق .
- ١٢ - هم بسبب عدم الإنجاب .
- ١٣ - هم بسبب الزوجة الغير صالحة .
- ١٤ - هم بسبب الخلافات السياسية .

- ١٥ - هم بسبب الحروب .
- ١٦ - هم بسبب التقلبات التجارية والمالية .
- ١٧ - هم بسبب قباحة المنظر .
- ١٨ - هم بسبب الغش والتحايل .
- ١٩ - هم بسبب فقد الأحبة والأصدقاء .
- ٢٠ - هم بسبب عدم النجاح في الدراسة .
- ٢١ - هم بسبب الغربة .
- ٢٢ - هم بسبب السجن لمدة طويلة .

الهم أو الكآبة^(١)

القلق والهم مفتاح الكآبة ، والكآبة ريبة القلق ، وكلاهما انفعالات وجدانية تجاه الشدائد النفسية والصراعات المختلفة . والاكتئاب استجابة تتميز بعنصرين : الشعور باليأس ، والشعور بالتوعدك والعجز . فالمكتئب حزين ذو مزاج سوداوي ، عديم الرضا ، ضيق الصدر ، يائس عاجز ، لا يكثر بالحوادث أو نتائجها ، ويتملكه شعور بالإعياء أو عدم القدرة على إنجاز عمل أو مهمة ، وبالتوعدك والانحدار في الثقة بالنفس .

الاكتئاب يمكن أن ينتج عن ظروف نفسية متعددة ويطلق عليه : الاكتئاب الانفعالي والاكتئاب النفساني ، إشارة إلى مسبباته النفسية الخارجية .

أما الاكتئاب الذهاني فينتج بصورة آنية بسبب تكويني واستعداد ذاتي .

(١) يتصرف من كتاب : أصول الطب النفساني للدكتور فخري الدباغ .

الأسباب :

تمتد جذور الاكتئاب الانفعالي إلى الاضطراب العصبي العام ، ولذلك سمي أيضاً بالاكتئاب العصبي ، واسبابه كما يلي :

١ - العوامل الحادة من أزمات ومفاجئات ، وفقد الأحبة أو مرض الأعداء .

٢ - الظروف النفسية المزمنة التي تجتمع في ذلك المريض وتعرضه إلى اليأس والحزن ، وأخطر هذه الظروف : الأحوال المالية المتدهورة واحتمال الإفلاس ، الأمراض المزمنة لأحد أفراد العائلة ، سوء التفاهم والعراك الزوجي ، عدم الانسجام في العمل والوظيفة ، الفشل المعنوي والأدبي ، وأخيراً الفشل في الحياة الجنسية .

٣ - التعرض لمرض جسمي مزمن ومنهك للقوى ، مما يدفع بالمصاب إلى التفكير بالنتائج السيئة وباحتمال الموت وإلى القنوط فالأكتئاب ، مثل التدرن ، والسرطان ، وأمراض القلب ، وفقر الدم الشديد ، واضطرابات الغدة الدرقية .

٤ - العوامل الوراثية والاستعداد التكويني للكآبة وهي عوامل أقل تأثيراً وقوة من العوامل الخارجية والنفسية . إن نسبة الإصابة بين السكان هي ٤ ، ٠ ٪ أما أقارب المصاب بالكآبة فيكون احتمال إصابتهم بالكآبة أكثر من ذلك .

٥ - الحزن : عندما يفقد الإنسان شيئاً عزيزاً وحبیباً إليه يحزن عليه ويغضب منه لتركه إياه وحيداً أو أعزلاً . فكأن الفرد يلوم فقیده ويكرهه لما فعل به ، ولكنه لا يستطيع التصريح بهذا الكره والعداء لحيبيه ، فينتج عن

ذلك لوم وتوبيخ للذات التي تمادت في كره الفقيـد وهذا هو عين الأكتئاب الذي يعتبر تعذيباً ومقاساة للنفس .

٦ - وفي نظر الفلسفة الوجودية : أن الكآبة موقف وجودي يدل على الشعور بتوقف الزمن الذاتي ، ولعل هذا التفسير الوجودي يوضح أيضاً مدى التغير الذاتي تجاه الشعور بالوقت والزمن عند المكتئبين ، كما أفصحوا عنه بعد شفائهم .

الأعراض :

- ١ - شعور بالحزن والقنوط والعجز واليأس والشقاء .
- ٢ - شعور بفقد الثقة بالنفس وعدم القدرة على إنجاز الواجبات .
- ٣ - شعور بالخوف والرغبة من عالم ظالم أو دنيا معادية لا ترحم .
- ٤ - شعور بالضيق وعدم تحمل الشدائد والمشاكل والضوضاء والناس .
- ٥ - إضطراب في النوم وخاصة في الساعات الأولى من الليل عند ما يجابه المصاب صعوبة في إبتداء الرقاد ؛ وقد تتخلل النوم أحلام مزعجة ، ثم تكون الساعات الأخيرة من الليل هادئة ومريحة .
- ٦ - صداع يشمل عامة الرأس ، وتوتر في الرأس والرقبة ، مع أحاسيس مختلفة بالدوار أو الوشوشة أو الغثيان .
- ٧ - صعوبة في التركيز .
- ٨ - يجد المصاب راحة وعزاء إذا تواجد بين أصدقاء أو معارف يرفهون عنه أو ينغمس معهم في أحاديث جانبية تلهية عن معاناته ، فاذا انفرد لوحده عاودته الأعراض من جديد .

٩ - يكون المصاب في أسعد أوقاته عند بداية النهار ، ثم يزداد ضيقه وترتفع كآبته بتقدم النهار ، بحيث يصل إلى الحد الأعلى من الضيق والضجر في المساء .

١٠ - لا يفقد المريض الوزن بالرغم من اضطراب الشهية ، وربما يزداد وزنه وتحسن شهيته إلى الأكل من خلال عملية التعويض اللاشعورية .

التشخيص :

إن وجود عاطفة البؤس والحزن والتوعلك والنفور من مباحج الحياة بالإضافة إلى مظهر المريض الكئيب أو تصرّحه بتفاهة الحياة وميله للموت تعتبر من الدلائل الأساسية لتشخيص الكآبة . وقد لا تجدي محاولة التفريق بين الكآبة الانفعالية والذهانية شيئاً . وقد وضع العالم النفساني ياسبرز ثلاثة شروط لتشخيص الكآبة الإنفعالية الخالصة هي :

١ - أن يكون محتوى الكآبة متماشياً ومتعلقاً بالتجربة النفسية التي مر بها المريض .

٢ - إن الكآبة لم تكن لتحدث بدون تلك التجربة أو الحادثة .

٣ - إن أعراض الكآبة تختفي وتزول بزوال الأسباب .

التشخيص التفريقي :

قد تحدث أعراض الكآبة كجزء من أمراض عقلية أخرى ، وعندئذ يجب معرفة المرض الأصلي وعدم التسرع في اعتباره كآبة خالصة وهي :

١ - بداية خرف الشيخوخة .

- ٢ - التهاب الدماغ الزهري .
- ٣ - تصلب الشرايين الدماغية .
- ٤ - دور النقاهاة في الحميات الفيروسية والأنفلونزا والتيفوئيد .

العلاج :

إن العلاج النفسي والإجتماعي والطبي ضروري في جميع حالات الكآبة الإنفعالية ، أما نوعية العلاجات العضوية من أدوية وغيرها فتتوقف على شدة المرض .

١ - العلاج بالعقاقير طاردة الكآبة :

الأدوية الحديثة المضادة للكآبة قد طورت العلاج كثيراً وحلت محل العلاج بالصدمة الكهربائية في كثير من الحالات . إن بعض مستحضرات مضادات الكآبة تفيد في الكآبة الإنفعالية أكثر من الذهانية ، والعكس بالعكس . ومن أهم الأدوية المفيدة :

أ - مجموعة مضادة مونوأمين أوكسيديز .

ب - مجموعة العقاقير الملطفة والمهدئة التي تؤثر في أعراض القلق والإثارة والضيق .

ج - مجموعة مضادات الكآبة الثلاثية الحلقات ، مثل أقراص تربيتزول .

د - العقاقير المضادة الحديثة مثل كبسول فلوكستين .

هـ - يمكن إضافة العقاقير المنومة لجعل النوم هادئاً ومريحاً .

و - حالات الكآبة البسيطة ، مثل التوعلك والحزن البسيط يمكن

معالجتها بمجموعة محفزات الجهاز العصبي المركزي (الامفيتامين والريتالين).

٢ - العلاج النفسي :

وحيث ان المسببات الخارجية والنفسية تعتبر العامل الأساسي في الكآبة العصابية فإنّ نوع العلاج النفسي (السطحي ، والإيحائي ، والأسترخائي ، والجماعي) يمكن أن تكشف للمريض عن بواطن إنفعالاته واسباب استجابته الاكتئابية ثم كيفية التغلب عليها وحلها ، فبالوعية والترميم وتعديل الاتجاه والمعاملات الحياتية العامة والعائلية والشخصية يمكن التوصل إلى نوع من الحلول والاستقرار النفسي .

٣ - العلاج الإجتماعي :

بدراسة أحوال المريض الإجتماعية والاقتصادية والثقافية يمكن تشخيص مواطن الضعف والقوة التي تكمل علاجاتنا العضوية والنفسية ، وبمساعدة البحث الاجتماعي النفساني يمكن نصيح المريض وتسهيل السبل أمامه ، للتكيف من جديد تجاه الظروف الجديدة التي سيواجهها .

٤ - العلاج بالصدمة الكهربائية .

وهي إحدى العلاجات العضوية التي يمكن أن نلجأ إليها عندما تكون حالة الكآبة شديدة ومصحوبة بميول إنتحارية أو بمحاولات إنتحارية فعلية ؛ وعندئذ تكون الصدمة الكهربائية أسرع مفعولاً من العقاقير . ويمكن إعطاء العقاقير المضادة للكآبة مع العلاج الكهربائي ، مع ملاحظة دقيقة للمريض

خوفاً من ارتفاع ضغط الدم أو حدوث مضاعفات . إن الصدمة الكهربائية لا تفيد الكآبة الانفعالية قدر فائدتها الممتازة في الكآبة الذهانية . ونلجأ إلى العلاج الكهربائي عندما تفشل العقاقير في إحداث نتيجة مرضية ، ويعطى المريض من ٦ - ٨ صدمات بمعدل مرتين بالأسبوع .

الأمل

قال الإمام علي عليه السلام:

«مَنْ أَطَالَ الْأَمَلَ ، أَسَاءَ الْعَمَلَ»^(١)

«لا تكن ممن يرجو الآخرة بغير عمل ، ويرجو التوبة بطول
الأمَل»^(٢).

«وأعلموا أن الأمَلَ يُسهي العقل ، وَيُنسي الذكر ، فَأَكْذِبُوا الْأَمَلَ ،
فإنَّهُ غَرُورٌ ، وَصَاحِبُهُ مَغْرُورٌ»^(٣).

«أيُّهَا النَّاسُ : إِنَّ أَخَوْفَ مَا أَخَافَ عَلَيْكُمْ اثْنَانِ : اتِّبَاعُ الْهَوَى
وَطُولُ الْأَمَلِ ، فَأَمَّا اتِّبَاعُ الْهَوَى فَيَصُدُّ عَنِ الْحَقِّ ، وَأَمَّا طُولُ الْأَمَلِ
فَيُنْسِي الْآخِرَةَ»^(٤).

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ١٥٥ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ٣٥٦ .

(٣) شرح نهج البلاغة ج ٦ ص ٣٥٤ .

(٤) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ٢ ص ٣١٨ .

الأمل

هو إصطلاح يرمز إلى الإتجاه العاطفي الذي تسمية الأغلبية : الرغبة في الحصول أو تحقيق هدف ما أو أمنية خاصة .

يتولد الأمل لدى الإنسان بوجود فكرة أو تخيلات مستحوذة على الفكر بأنّ الفكرة أو الرغبة سوف تتحقق ؛ مما يشعر الإنسان بنوع من الشوق والمتعة والتمسك بتلك الأفكار والعواطف الخيالية .

يعتبر علماء النفس الأمل : عبارة عن عاطفة مشتقة من غريزة حب التملك أو حب السيطرة .

إنّ حالة الأمل التي تسيطر على تفكير بعض الناس من دون القيام بأي مجهود أو عمل مشمر ، هي حالة سلبية خاطئة ، لأنها تتماشى مع الخضوع للخيالات والأوهام التي لا يمكن لها أن تتحقق بدون أرضية قوية وعمل دؤوب ويحذر الأطباء من هذه الحالة ، ويعتبرون السير وراء الأوهام والتعلق بالآمال وترك العنان لها لكي تسيطر على الفكر والأحاساس البشري حالة مرضية مزمنة ؛ يصبح فيها الشخص المصاب يخلط بين الواقع والخيال ، حتى يشعر بصورة لا إرادية أنه صار يمتلك الشيء (الأمل) الذي ليس له وجود واقعي وانما هو جزء من التخيلات التي ركب في سفينتها وطاف على مائها . لذلك حذر الإمام من تلك الآمال الزائفة ، التي تقود الإنسان تدريجياً للوقوع في أحضان المرض والمصائب ، فيقول : «لا تكن ممن يرجو الآخرة بغير عمل ، ويرجئ التوبة بطول الأمل ، يقول في الدنيا قول الزاهدين ويعمل فيها عمل الراغبين ، إن أعطي منها لم يشبع وإن منع منها لم يقنع ، يعجز عن شكر ما أوتي ويبغي الزيادة فيما بقى» .

إن الأشخاص الذين يعتمدون في حياتهم وعملهم على الأمل الزائف، يقعون بسرعة في مزالق الدنيا الكثيرة، ويسيطرون إلى أنفسهم وعوائلهم ومجتمعهم من حيث يشعرون أو لا يشعرون؛ لأن الآمال والطموحات التي تخيلوها، قد تجرهم إلى ارتكاب المعاصي والذنوب والجرائم والوقوع في أحضان الشيطان، لذا أكد الإمام علي عليه السلام بكلمات علمية بليغة بأن: «من أطال الأمل أساء العمل».

إن الدراسات النفسية أثبتت أن إطالة الأمل والانتظار الغير مجدي، والتحليق في عالم الأمانى والخيالات، سيفسد حياة الإنسان ويجعل منه شخص متقاعس عن أداء الواجبات والعمل؛ لأنه تائه بين خياله وحقيقته، إنسان لا يميز بين ما يراه في الواقع وما يحلم به في الخيال، إنسان لا يفرق بين الحق والباطل، بين اليقين والهوى، بين الإيمان والكفر، لهذا وقف الإمام بحزم ضد تلك الأوهام والآمال الباطلة، التي تقود نحو الدمار والهاوية: «أيها الناس إن أخوف ما أخاف عليكم إثنان: إتباع الهوى وطول الأمل، فأما إتباع الهوى فيصد عن الحق وأما طول الأمل فينسى الآخرة».

إن التعلق بالأمل والتمسك بأوهامه لا ينسى الإنسان نفسه والمحيط الذي يعيش فيه بل قد ينسيه آخرته؛ وهي حالة نفسية صعبة وخطرة، قد تقود الإنسان إلى نسيان ذكر الله وسطوته، وارتكاب المعاصي والمحرمات التي نهى الله عنها، لكي يصل الإنسان نحو الاستقامة والكمال الذاتي الذي يقود في النهاية إلى السعادة وخير الدنيا والآخرة.

الأمل الكاذب بكافة أنواعه ومسبباته ومبرراته، يجعل الإنسان ينسى واقعه الذي يعيش فيه، فينسى بالتدريج الدين والدنيا والآخرة واليقين، حتى يقع في أحضان الغرور وما يترتب عليه من آثار سيئة محطمة لحياة

وعقيدة الإنسان ، لذلك نرى الإمام يقول : «وأعلموا أن الأمل يسهي العقل ، وينسي الذكر ، فأكذبوا الأمل فإنه غرور ، وصاحبه مغرور» .

لذا يتوجب على الانسان الملتزم بالعقيدة والدين والمؤمن بقضاء الله وقدره ، العالم عن يقين بأن الله هو الرزاق ذو القوة المتين ، والذي يرزق ما يشاء بغير حساب ، أن لا ينقاد للآمال ومغريات الشيطان ، التي تجره إلى الغفلة والضيايع ، وسلوك المتاهات الخاوية والتي تبعده عن الطريق المستقيم .

من كل ما تقدم نستنتج : بأن الآمال هي حالة سلبية غير صحيحة ، تخالف العقل والواقع ، وهي متنوعة الأشكال والحالات ، حيث تختلف باختلاف المواقف والأعمار .

أنواع وحالات الأمل :

١ - آمال حقيقة :

كأن يكون الانسان صاحب ثروة ، ويبغي زيادتها والسيطرة على التجارة والأسواق وتحقيق الأرباح .

٢ - آمال كاذبة :

كأن يكون الشخص فقير الحال قصير اليد ، ويريد أن ، يصبح تاجراً ثرياً من خلال المضاربات التجارية والأرباح الوهمية الكاذبة والمستحيلة .

٣ - آمال محللة :

هذه الآمال تراود الإنسان لكنها لا تخالف الدين والعقيدة ولا تؤدي إلى أذى الآخرين ، كأن يعمل جاداً للوصول إلى هدف منشود من خلال مواصلة الدراسة والعمل المثمر ، لارتقاء مقام أفضل وأحسن يستطيع من

خلاله خدمة الناس والمجتمع ورضاء الله .

٤ - آمال محرمة :

تبرز هذه الآمال عند الأشخاص الذين يعانون من ضعف العقيدة الدينية ، كالعشق الحرام ، وتناول المسكرات ، ولعب القمار ، ومحاولة الوصول إلى الثروة والمقام عبر طرق غير مشروعة ؛ لا ترضي الله والضمير وتتعارض مع القانون العام .

٥ - آمال قصيرة المدة :

هذه الآمال سواء كانت واقعية أم خيالية ، تنتاب الإنسان لمدة قصيرة من حياته ثم تزول بعد زوال المؤثرات والأسباب .

٦ - آمال طويلة المدة :

هذه الآمال تلازم المصائب لمدة طويلة ، وقد تسبب له المشاكل والصدمات النفسية والعائلية والاقتصادية .

وأسباب طول الأمل الطويل هي :

أ - الجهل ، كأن يعتمد على شبابه فلا يفكر بالأخطار والمرض والموت ، فينشغل بحب الدنيا الذي يجره إلى الغفلة وطول الأمل .

ب - حب الدنيا . إن الإنسان إذا أنس حب الدنيا وانشغل بشهواتها ولذاتها وعلاقتها ثقل على قلبه مفارقتها ؛ فاصبح لا يفكر بالموت الذي سيجعله يفارقها لا محالة ، وصار يمني نفسه بما يوافق أفكاره ومراده ، وما يحتاج إليه من مال وأهل وبيوت وأصدقاء ، ويصبح فكره مشغول بتلك الأمور التي تلهيه عن ذكر الموت .

٧ - آمال لخدمة الإنسانية ورضاء الله :

هذه الآمال مشروعة ، وتوجد عند الناس المؤمنين الذين يرجون

لقاء الله ويخافون اليوم الآخر؛ وجل آمالهم خدمة الناس .

٨ - آمال شيطانية لاستعباد الناس :

هذه الآمال لا تنال رضى الله ، لأنها آمال شريرة منحرفة ، اسبابها الغرور والكبر ، ونهايتها الانحراف والطغيان والكفر والضلال .

٩ - آمال ممكنة :

وهي آمال قريبة المنال ويمكن أن تتحقق ، كالزواج ، وشراء المنزل ، وحج بيت الله ، ومساعدة الآخرين .

١٠ - آمال مستحيلة :

وهي آمال السابحين الغارقين في بحر الخيال ، والذين يعانون من أمراض نفسية عديدة استحوذت على أفكارهم وطغت على تصرفهم وسلوكهم . هذه الآمال قد تجر صاحبها إلى ارتكاب الجريمة والعنف من أجل الوصول إليها وتحقيقها .

الآمال حسب الجنس والعمر :

١ - آمال الطفولة :

وهي آمال محدودة لا تتجاوز اللعب البريء ، والحصول على أدوات التسلية والسفر ، واقتناء الحاجات والألبسة .

٢ - آمال المراهقة ؛ هذه الآمال تشمل أفكار وطموحات هذه المرحلة الحرجة من حياة المراهقة ؛ كالزواج من الشاب الجميل أو الفتاة الجميلة ، والسفر خارج الوطن للأطلاع والحصول على شهادة مناسبة ، تؤهله لمنصب لائق .

٣ - آمال النساء :

وهي آمال لا تتعدى الحبيب المنتظر ، وشراء أدوات الزينة ،

والمجوهرات والملابس الفاخرة ، والحصول على الشهادة اللائقة والمنصب المقبول .

٤ - آمال الرجال :

وهي أهم وأخطر الآمال ، لأنها تتجاوز الآمال البسيطة المحددة ، فهي تمتد من كيفية الاستحواذ على المال والجاه والمنصب ، إلى القتل والاعتداء إن تطلب ذلك لتحقيق تلك المآرب ، وقد تصل إلى سجن وتعذيب وقتل ألوف الناس ، كما يحصل عندما يصل بعض المنحرفين إلى قمة السلطة . إن جميع تلك الآمال التي ذكرناها ، يرافقها نوع بسيط أو شديد من الأمراض النفسية ، والتخيلات والهلوسة ، والقلق والعنف وحب الاعتداء . أما المؤمنون المتمسكون بالأحكام الإلهية ، فأمالهم لا تتعدى الخوف من الله ، والرجاء بعفوه ورحمته ، وطلب الصفح والمعذرة من الآخرين ، والدعاء بحسن العافية ، والعمل الصالح للحصول على المال الحلال والرزق الطيب ، فأمالهم لا تتعدى :

١ - الأمل بعفو الله ورحمته .

٢ - الأمل بالعمل الخالص لله للحصول على الحسنات .

٣ - الأمل بإرضاء عباد الله وكسب محبتهم .

٤ - الأمل بالحصول على ذرية طيبة .

٥ - الأمل بالعيش في صحة وأمان .

وصف الإنسان

قال الإمام علي عليه السلام:

«جَعَلَ لَكُمْ أَسْمَاعاً لِتَنَعِيَ مَا عَنَاهَا ، وَأَبْصَاراً لِتَجْلُوَ عَنْ عَشَاهَا ، وَأَشْلَاءَ جَامِعَةً لِأَعْضَائِهَا ، مُلَائِمَةً لِأَحْنَائِهَا ، فِي تَرْكِيبِ صُورِهَا وَمُدَدِ عُمُرِهَا ، بِأَبْدَانٍ قَائِمَةٍ بِأَرْفَاقِهَا ، وَقُلُوبٍ رَائِدَةٍ لِأَرْزَاقِهَا فِي مُجَلَّلَاتٍ نَعَمِهِ وَمُوجِبَاتٍ مِنْتِهِ ، وَحَوَاجِزٍ عَافِيَّتِهِ»^(١)

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٦ ص ٢٥٧ .

الإمام علي عليه السلام أوضح في هذا المقطع من خطبته ، بأن الله جعل لنا أجهزة للسمع كي نفهم بها شؤون حياتنا ، ونحفظ من خلالها ما يقال لنا ويُرَاد منا ، وعيون تكشف لنا حقائق الدنيا وصورها في الليل والنهار ، لنرى عظمة الخالق وبديع صنعه . وبهذين العضوين يسير الإنسان نحو طريق التكامل والاستقامة العقلية والروحية والصحية . ومن البديهي أن الإنسان الذي لا يسمع ولا يبصر هو إنسان عاجز ناقص ، لا يستطيع الإدراك الكامل وبلوغ الهدف بيسر وسهولة ، ولا يمكن له مجارات الناس والعيش معهم بسعادة مثلما يعيش الآخرون .

أما الشيء الجالب للنظر في هذه الخطبة هو : تجلي عظمة الإمام العلمية والطبية وهو يقدم حاسة السمع على البصر ، مؤيداً ما جاء في القرآن الكريم : ﴿إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولاً﴾ (١) وقوله تعالى : ﴿وَهُوَ الَّذِي أَنشَأَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ﴾ (٢) .

هنا تبرز أمامنا عدة نقاط تبين عظمة القول واعجازه :

- ١ - أثبت العلم أن الجنين في بطن أمه يتأثر بالأصوات ويتحرك بدنه تبعاً لقوة الصوت ؛ في حين أن العين مغلقة لم ترى النور ولا تتأثر به .
- ٢ - إن حاسة السمع هي من الحواس التي تبدأ بالحس والعمل بعد الولادة مباشرة ، حيث نلاحظ أن الطفل المولود يقوم بتحريك رأسه وعيونه عند سماع الأصوات ، وأحياناً يبدأ بالصراخ ، أما بالنسبة للعين وحاسة

(١) سورة الأسراء ، الآية : ٣٦ .

(٢) سورة المؤمنون ، الآية : ٧٨ .

البصر فإنها تحتاج إلى مُدة وزمان كافٍ حتى يتمكن الطفل من الرؤية بصورة واضحة . والتحقيقات الطبية والфизиولوجية الحديثة أثبتت أن حاسة خلايا الشبكية في عين الإنسان المولود حديثاً ضعيفة مقابل النور المسلط عليها ؛ ولا تتكامل حاسة وبناء الشبكية حتى نهاية الشهر السادس ، ولا يتمكن من الرؤية بصورة جيدة حتى نهاية السنة الأولى من عمره .

٣ - حاسة السمع دائماً وفي كل الحالات قادرة على أداء وظيفتها بدون توقف ؛ لكن هذه الخاصية لا تنطبق على العين التي في بعض الحالات غير قادرة على الرؤيا ؛ كما في حالة الظلام والنوم ، حيث نلاحظ أنَّ الإنسان في حالة النوم يغمض عينيه وينام ، لكن في حالة حدوث أصوات أو ضوضاء يستيقظ الإنسان . وقد أثبتت البحوث الفسيولوجية أن آخر عضو حسي يستقر عند النوم هو حاسة السمع ؛ وهذا ما حدث لأصحاب الكهف الذين قال عنهم القرآن : ﴿ فَضْرَبْنَا عَلَى آذَانِهِمْ فِي الْكَهْفِ سِنِينَ عَدَدًا ﴾^(١) .

٤ - الأذن من ناحية الإدراك الحسي والتعلم وتحصيل العلوم أهم من العين ، لانه يمكن للإنسان تعلم اللغة والعلوم وهو أعمى ، أما في حالة الطرش تكون المهمة صعبة جداً . ومن الدلائل المهمة لأهمية وتأثير حاسة السمع في الإدراك والتعلم هو : أنَّ القرآن الكريم ربط بين السمع والعقل رابطة محكمة وقوية حين قال : ﴿ وَقَالُوا لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ السَّعِيرِ ﴾^(٢) وهذه الآية برهان آخر على عظمة الإمام علي عليه السلام .

٥ - من الوظائف المهمة للسمع والبصر هي الموازنة والتعادل عند الإنسان ، حيث ثبت أن الأقنية الهلالية ذات أهمية خاصة في تعادل توازن

(١) سورة الكهف ، الآية : ١١ .

(٢) سورة الملك ، الآية : ١٠ .

جسم الإنسان ؛ أكثر من أهمية التوازن الذي تعطيه العين بالرغم من أن كلاهما يشتركان في عملية الموازنة والتعادل مع أعصاب الرقبة ؛ وإن فقدان اثنتان من هذه المراكز يؤدي بالإنسان إلى فقدان التوازن والسقوط على الأرض ؛ كما في حالة الأعمى المصاب بمرض السفلس أو الألتهاب الشديد للأذن الداخلية .

٦ - كذلك أشار الإمام إلى محدودية السمع والبصر ، وهو يؤكد وجود ألوان وأجسام غير مرئية بالنسبة للعين ؛ لأنها صغيرة جداً وتقع خارج نطاق قدرة العين على الرؤية «وَكُلُّ سَمِيعٍ غَيْرُهُ يَصْمُ عَنْ لَطِيفِ الْأَصْوَاتِ ، وَيَصْمُهُ كَبِيرُهَا ، وَيَذْهَبُ عَنْهُ مَا بَعْدَ مِنْهَا ، وَكُلُّ بَصِيرٍ غَيْرُهُ يَعْمَى عَنْ خَفِيِّ الْأَلْوَانِ وَلَطِيفِ الْأَجْسَامِ»^(١) .

هذا المقطع يشير بصورة ساطعة إلى إحدى أسس علم الصوت والبصر ، لأن عين الإنسان لا ترى كل الألوان ، كالألوان الموجودة في ضوء الشمس وبعض أنواع الأشعاعات ، أما الأذن فلها محدوديات سمعية فهي لا تسمع أقل من (١٦) هزة أو ذبذبة في الثانية ولا أكثر من (٢٠٠٠٠) ذبذبة في الثانية . هذه الحقيقة نطق بها الإمام قبل مئات السنين ولم تعرف إلا حديثاً وبواسطة الأجهزة الحديثة المتطورة .

٧ - أشار الإمام إلى عمى الألوان الذي يعاني منه بعض الناس ، الذين يرون الأشياء على غير حقيقتها بسبب بعض الأمراض والنواقص التي تصيب الشبكية فيقول : «لَيْسَتْ الرُّؤْيَةُ مَعَ الْإِبْصَارِ ، فَقَدْ تَكْذِبُ الْعُيُونُ أَهْلَهَا وَلَا يَغْشَى الْعَقْلُ مَنْ اسْتَنْصَحَهُ»^(٢)

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٥ ص ١٥٣ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٩ ص ١٧٣ .

«أشلاء جامعة لأعضائها»

الأشلاء: تعني الأعضاء الظاهرة، كالجلد والعضلات التي تلف وتجمع وتضم الأعضاء الباطنة بصورة مرتبة ومحكمة، بحيث تشدها وتحفظها من الأذى والضرر والصدمات مع احتفاظها بعملها وفعاليتها وترابطها مع بقية الأعضاء الأخرى؛ بصورة تلائم وظيفتها التي خلقت من أجلها كما قال القرآن الكريم: ﴿وَصَوَّرَكُم فَأَحْسَنَ صُورَكُمْ﴾^(١).

«ملائمة لأحنائها»

أي أن التركيب الألهي لجسم الإنسان المكوّن من الجهاز العظمي والعضلي يتلائم مع حركة الإنسان وطبيعة عمله؛ فلا يمنعه ذلك التركيب العظيم المدهش من الانحاء والقيام والقعود والحركة في مختلف الاتجاهات وأداء الوظائف على أحسن الوجوه؛ فقد رُكبت العظام ورُبطت بصورة تسمح بالحركة والانحاء بسرعة وسهولة، كما وكسيت العظام بعضلات مختلفة الأحجام والأطوال والوظائف، بحيث يتمكن الإنسان من الحركة في كافة الاتجاهات عند الاحتياج والضرورة التي يتطلبها عمله اليومي، قال تعالى: ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ﴾^(٢).

ومن الأجدر هنا إلقاء نظرة مختصرة على تركيب ومكونات الجهاز الحركي عند الإنسان.

يتكون الجهاز الحركي من العظام والعضلات والأربطة التي تربط

(١) سورة التغابن، الآية: ٣.

(٢) سورة التين، الآية: ٤.

العظام ببعضها ، وكذلك الأوتاد العضلية التي تربط العضلات بالعظام .

الجهاز العظمي^(١) :

يتكون من عظام صلبة متنوعة وعديدة ، تعطي جسم الإنسان الشكل المطلوب ، والإسناد اللازم . ترتبط العظام مع بعضها بأربطة ومفاصل تسمح له بالحركة الحرة في جميع الاتجاهات .

أنواع العظام :

- ١ - العظام المسطحة : تحمي أعضاء الجسم الحساسة .
- ٢ - العظام الطويلة : تعمل كرافعات مفيدة أثناء حركة الجسم .
- ٣ - العظام القصيرة : تعطي القوة اللازمة للإنسان أثناء الفعالية والحركة .

٤ - العمود الفقري : يعتبر ركناً مهماً من أركان الجهاز العظمي ويتكون من (٣٣) فقرة .

- أ - فقرات الرقبة وهي (٧) فقرات .
 - ب - فقرات الصدر وهي (١٢) فقرة .
 - ج - الفقرات القطنية وهي (٥) فقرات .
 - د - الفقرات العجزية وهي (٥) فقرات متصلة مع بعضها .
 - هـ - الفقرات الذنبية وهي (٤) فقرات متصلة مع بعضها .
- الجهاز العظمي مكسوً بعضلات ثلاثم نوع وخاصية الحركة .

الجهاز العضلي :

تعتبر العضلات الأدوات المحركة للجهاز العظمي من خلال تقلصها وانبساطها . اما وظائف العضلات فتختلف حسب موقعها من الجسم .

عضلات الوجه تشترك في عمليات التعبير والكلام والهضم .

عضلات الأيدي والأرجل بمختلف أطوالها وأحجامها ، تشترك في حركة وعمل اليدين والرجلين والموازنة خصوصاً أثناء العمل والحركة .

عضلات الصدر الداخلية تربط الأضلاع وتحافظ على الرئتين والقلب ، وتشارك في عملية التنفس وحركة اليدين .

عضلات البطن تحافظ على الأحشاء الداخلية في البطن ، وتشارك أثناء تقلصها في عملية التقيئ والبراز والتبول .

عضلات الظهر تربط الأضلاع الخلفية ، وتحفظ الأحشاء والكلبي ، وتربط الفقرات ببعضها ، كما تساعد في حركة اليدين .

عضلات الجسم مكونة من آلاف الألياف الصغيرة جداً وتلتصق بالعظام عن طريق الأوتاد .

الألياف العضلية مزودة بنهايات عصبية دقيقة جداً ، وحينما تجتمع مع بعضها تشكل عصباً رفيعاً يتصل في نهايته بالخلايا العصبية المحركة والباسطة ؛ وهذه الخلايا بدورها تنقل الأحساسات إلى الدماغ الذي يصدر الأوامر بالتقلص ، أو الانبساط ، أو المحافظة على حالة التوازن التي تعطي الإنسان شكله وقامته الطبيعية .

«في تركيب صورها وَمُدَدِ عمرها بأبدانٍ قائمةٍ بأرفاقها»
أي أن الله جلت قدرته ركبت تلك الأجسام وهي مزودة بالمرافق
اللازمة التي تحفظ وتصون الغايات والمنافع التي خلقت من أجلها.

«وَقُلُوبٍ رائدةٍ لأرزاقِها في مُجَلَّلَاتِ نَعَمِهِ وَمُوجِبَاتِ مَنَنِهِ
وهواجزٍ عافِيَةٍ»

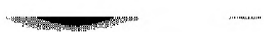
أي أن القلوب المؤمنة الطيبة ، تطلب وتنشد الرزق الحلال الذي
يجلّل الناس ويرفع من مكانتهم ، بحيث يعم الخير والرفاه جميع بني البشر
بنعم الله التي لا تعد ولا تحصى ؛ والتي توجب الشكر وطلب العافية التي
تساعد الانسان وتقيه من شر المساوي والأخطار المرضية .

ضعف الإنسان

قال الإمام علي عليه السلام :

«مَسْكِينُ ابْنِ آدَمَ ، مَكْتُومُ الْأَجَلِ ، مَكْنُونُ الْعِلَلِ ، مَحْفُوظُ الْعَمَلِ ، تُؤَلِمُهُ الْبَقَّةُ ، وَتَقْتُلُهُ الشَّرْقَةُ ، وَتُتْسِتُهُ الْعَرَقَةُ»^(١)

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٢٠ ص ٦٢ .



«مَسْكِينُ ابْنِ آدَمَ»

بهذه الكلمات التي تحمل معاني كبيرة وكثيرة، خاطب الإمام عليه السلام ابن آدم، داعياً إياه إلى نبذ التفاخر والتطاول والكبر والعظمة والغرور والأعتداء؛ لأنه بالرغم من حسن تصويره، وعظمة تكوينه، وبداعة تدبيره، يبقى ضعيفاً أمام عظمة الله وقدرته، وتبارك القائل ﴿وَخُلِقَ الْإِنْسَانُ ضَعِيفًا﴾^(١).

أو ليس أوله نطفة وآخره جيفة ﴿أَوَلَمْ يَرَ الْإِنْسَانُ أَنَّا خَلَقْنَاهُ مِنْ نُطْفَةٍ فَإِذَا هُوَ خَصِيمٌ مُبِينٌ﴾^(٢).

فكر يا ابن آدم قبل أن تسلك طريق التحدي والطغيان، أو لم ترى مواكب الموتى تمر من أمامك كل يوم؟! ألم تسمع الإمام علي عليه السلام وهو يقول: «فإنه كفى بالموت واعظاً»^(٣)!

أين الارشاد والموعظة؟! أين العقل والبصيرة؟! ماذا حدث حتى صرت طاغياً تتعالى على الله والناس، وأنت تشاهد بأمر عينيك مصائر البشر ونهايتهم سواء المؤمن منهم كان أم الفاجر حيث قال تعالى: ﴿كُلُّ مَنْ عَلَيْهَا فَانٍ﴾^(٤)!

أترك التكبر والفسق والمجون، وإعمل بالتعاليم السماوية الرشيدة، لا تركب رأسك وتتبع هواك والشيطان، إن فيروساً لا يرى بالعين كافٍ بأن

(١) سورة النساء، الآية: ٢٨.

(٢) سورة يس، الآية: ٧٧.

(٣) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ٦ ص ٦٩.

(٤) سورة الرحمن، الآية: ٢٦.

يجعلك تشن طالباً العون والمساعدة والعلاج ؛ خف الله كأنك تراه ، وعندئذ تحصل السعادة ، والأمل ، وصفاء الضمير ، وتذق حلاوة الإيمان . لا تركز إلى الكبرياء فيتولد عندك البطر ، والغرور ، ونسيان الآخرة ، وذهاب العقل الذي هو أفضل نعمة أعطاها الله للانسان . وصدق الحكماء حين قالوا لولا الموت والمرض لنطح ابن آدم برأسه الجبال .

الإمام هنا يخاطب الانسان طالباً منه التفكير والتريث حينما يُقدم على عمل ما ، يطلب منه أن يعرف حقيقة نفسه ، وعندها يعرف حقيقة الله والآخرين ، يعرف معنى التواضع والزهد والتقوى وترك المهلكات ، لأن التمسك بالظلم والباطل والطغيان لا يخلف إلا الأفكار السوداء واللعنة والنار ، فكم من متكبر جبار أخذه الله أخذ عزيز مقتدر ، وتركه آية للطغاة وأمثالهم ، ولم يبق من عمله سوى اللعنة وحساب منكر ونكير ، والنار خالداً فيها إلى ما شاء الله .

وعلى العكس ، فإن المؤمن الذي يسمع ويعتبر ، ويطيع الله ويزجر النفس الأمارة بالسوء بالصبر والشكر والتقوى ؛ تاركاً الدنيا وزخارفها ووساوس الشيطان ومغرياته ، كالكبر والعجب والغرور التي تقود الانسان نحو الضياع والهلاك والكفر .

وختاماً أرى من المناسب أن نستعرض للقارئ الكريم بعض المهلكات ليتعرف عليها ويتوقى منها .

حقيقة الكبر^(١)

الكبر ينقسم إلى ظاهر وباطن ، والباطن هو خُلُق في النفس ، والظاهر

(١) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الاحياء : ج ٦ ص ٢٢٨ .

هو أعمال تصدر من الجوارح ، وهي ثمرات لذلك الخلق ، وخلق الكبير موجب للأعمال ، لذلك اذا ظهر على الجوارح يقال تكبرٌ ، وإذا لم يظهر يقال في نفسه كبر .

قال الله تعالى : ﴿ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْتَكْبِرِينَ ﴾ ^(١) .

وقال الرسول ﷺ : «التواضع لا يزيد العبد إلا رفعة ، فتواضعوا يرحمكم الله» ^(٢) .

وقال ﷺ : «يقول الله تعالى : العظمة إزاري والكبرياء ردائي فمن نازعني فيها قصمته» ^(٣) .

المتكبر :

هو ذلك الإنسان الذي يصاب بداء الاعتداد والهزة والفرح والركون إلى ما يعتقد به ؛ ولا يتكبر إلا من استعظم نفسه ، ولا يستعظمها إلا وهو يعتقد لها صفة من صفات الكمال الديني أو الدنيوي ، فالديني هو العلم والعمل ، والدنيوي هو النسب والجمال والقوة والمال وكثرة الأنصار .

بعض صفات المتكبر

- ١ - مكروه من قبل أكثر الناس .
- ٢ - يستغاب في كثير من المواقف والحالات .
- ٣ - مقاطع من قبل أكثر أفراد المجتمع .

(١) سورة النحل ، الآية : ٢٣ .

(٢) الكافي : ج ٢ ص ١٢١ .

(٣) المستدرک : ج ١ ص ٦١ .

- ٤ - يسيطر عليه مرض الشك .
- ٥ - ضعيف الإيمان .
- ٦ - يعاني دائماً من مشاكل عائلية واجتماعية .
- ٧ - يحتقر الفقراء والمستضعفين .
- ٨ - مصاب بمرض داء العظمة .
- ٩ - تبدو على تصرفاته علامات الغرور .
- ١٠ - يغضب لأتفه الأسباب .
- ١١ - مصاب ببعض أعراض مرض الوسوسة .
- ١٢ - لا يقيم وزناً للعلم والعمل .
- ١٣ - قاسي القلب .
- ١٤ - مصاب بأمراض نفسية مختلفة .

المتكبر عليه :

- ١ - التكبر على الله هو أفحش أنواع التكبر ، وسببه الجهل الكامل والطغيان .
- ٢ - التكبر على الأنبياء ، حيث تعزّز النفس وترفعها عن الانقياد لبشر مثل سائر الناس .
- ٣ - التكبر على العباد ، وذلك بأن يستعظم نفسه ويستحقّر غيره ، فتأبى نفسه عن الانقياد لهم وتدعوه إلى الترفع عليهم ، فيزدريهم ويستصغرهم ويأنف من مساواتهم ، وهذا مرض خطير ، لأنّ التكبر والعزة والعظمة والعلاء لا يليق إلا بالملك القادر ، وأمّا العبد المملوك الضعيف العاجز الذي لا يقدر على شيء فلا يليق به الكبر ؛ لأن الكبر يقود الانسان

إلى مخالفة أوامر الخالق ، والمتكبر إذا سمع الحق من عبد من عباد الله استنكف من قبوله وتشمر لججده .

أسباب انحراف الخلق

- ١ - الوهن والضعف الذي يحدث نتيجة المرض واعتلال الصحة والشيخوخة ، مما يجعل الإنسان ضعيف الأعصاب ؛ لا يقدر على احتمال مدارات الناس والصبر على مشاكلهم .
- ٢ - الهموم التي تهجم على الإنسان تجعله منحرف الخلق وتغير من سلوكه وتصرفاته .
- ٣ - الفقر الذي يسبب الهم والقلق والتعب النفسي والروحي .
- ٤ - الغنى الزائد الذي يقود صاحبه نحو الكبر والطغيان .
- ٥ - التمتع بالصحة والشباب الذي يصيب الإنسان بالغرور .
- ٦ - المنصب والمقام الرفيع الذي قد يؤدي إلى تغيير الخلق .
- ٧ - العزلة التي تؤدي إلى انحراف أخلاق الإنسان نتيجة التفكير والخوف .
- ٨ - الإصابة بأمراض الدماغ المختلفة .
- ٩ - الصدمات النفسية والضغط الاجتماعي .
- ١٠ - إعتناق المبادئ المنحرفة .
- ١١ - ضعف الإيمان .
- ١٢ - الإصابة بمرض داء العظمة .

العجب

العجب يدعو إلى الكبر ، ومن الكبر تنتج الآفات الكثيرة التي

لا تحصي . هذا مع العباد فأما مع الله تعالى فالعجب يدعو إلى نسيان الذنوب وإهمالها ؛ وعلة العجب الجهل المحض ، قال الله تعالى : ﴿وَيَوْمَ حُنَيْنٍ إِذْ أَعْجَبَتْكُمْ كَثْرَتُكُمْ﴾^(١) .

وقال الرسول ﷺ : «ثلاث مهلكات شح مطاع ، وهوى متبع ، وأعجاب المرء بنفسه»^(٢) .

وقال الإمام الصادق عليه السلام : «من دخله العجب هلك»^(٣) .

الغرور

هو سكون النفس إلى ما يوافق الهوى وميل الطبع .

قال الله تعالى : ﴿فَلَا تَغُرَّنَّكُمُ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا وَلَا يَغُرَّنَّكُم بِاللَّهِ الْغُرُورُ﴾^(٤) .

وقال الرسول ﷺ : «حبذا نوم الأكياس وفطرتهم كيف يغبنون سهر الحمقى واجتهادهم ولمثقال ذرة من صاحب تقوى ويقين أفضل من ملئ الأرض من المفترين»^(٥) .

وقال الإمام علي عليه السلام : «والشقي من انخدع لهواه وغروره»^(٦) .

«مَكْتُومُ الْأَجَلِ»

قال الله تعالى في كتابه الكريم : ﴿إِنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ عِلْمُ السَّاعَةِ وَيُنَزِّلُ

(١) سورة التوبة ، الآية : ٢٥ .

(٢) شعب الإيمان للبيهقي ١ : ٤٧١ / ٧٤٥ .

(٣) الكافي : ج ٢ ص ٣١٣ .

(٤) سورة لقمان ، الآية : ٣٣ .

(٥) المحجة البيضاء في تهذيب الأحياء : ج ٦ ص ٢٩١ .

(٦) نهج البلاغة لصبحي الصالح : خطبة رقم ٨٦ .

الْغَيْثَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْأَرْحَامِ وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ مَّاذَا تَكْسِبُ غَدًا وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ بِأَيِّ أَرْضٍ تَمُوتُ * إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ» (١).

الإمام عليه السلام أشار إلى هذه الحقيقة استناداً إلى قوله تعالى في هذه الآية الشريفة .

من الواضح لكل عاقل ومدرك أن الله تعالى أخفى بعض الحقائق عن الإنسان ، كالرزق ، وعلم الساعة والأمطار ، وما تحمل الأرحام ، وساعة الموت رحمةً منه ولطفاً لعباده كي يعيشوا الحياة بسعادتها من دون خوف وقلق ووجل ، فلو أن الإنسان علم ساعة وفاته ونهاية عمره لأصبحت حياته جحيم ؛ ولسيطر عليه الهم والجزع ، ولتوقف عن أداء العمل المثمر ، ولفقد الأمل وحينئذ تصبح دنياه ظلام دامس ، وحياته آلام متواصلة ، وترقب مخيف ، حتى يدركه الموت قبل مواعده ، لكثرة القلق والتفكير الذي يلزمه ليل نهار ، ولإصابته بمختلف الأمراض النفسية والجسدية ، لذا فإن هذه الرحمة الالهية تتطلب منا الشكر الجزيل ، للخالق الجليل ، على نعمه الكثيرة التي رعت الإنسان وحمته منذ النشأة الأولى وحتى الممات .

«مَكْنُونُ الْعِلَلِ»

الإنسان مخلوق تتجلى فيه العظمة الإلهية ، التي أتقنت كل شيءٍ وصورته في أحسن تصوير . إنه مركب من خلايا وأنسجة عديدة ، تتعاون فيما بينها لتؤدي الوظيفة على أحسن وجه . هذه الأجهزة المعقدة التركيب والتكون تعمل وفق الإرادة الربانية الحكيمة ؛ ولا يشعر الإنسان بعظمة

التكوين إلا عندما يصاب بمرض أو علة ؛ وعندها يشعر بنعمة الصحة والعافية «نعمتان مجهولتان الأمن والعافية»^(١).

لذلك أشار الإمام عليه السلام إلى أن العلة كامنة في بدن الانسان حتى تنهيا لها الأسباب التي تظهرها إلى الوجود، كالصدمات النفسية التي تؤدي إلى ذهاب العقل، أو الإصابة بالميكروبات التي تسبب الأمراض الجسدية المختلفة، وما يرافقها من أعراض مؤذية ومضاعفات جمّة.

«مَحْفُوظُ الْعَمَلِ»

قال الله تعالى : ﴿... مَا لِهَذَا الْكِتَابِ لَا يُغَادِرُ صَغِيرَةً وَلَا كَبِيرَةً إِلَّا أَحْصَاهَا﴾^(٢)، ﴿فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ﴾* وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ^(٣).

الإمام علي عليه السلام رائد العدالة الإنسانية، ومحِب الخير للبشرية، يحذرنا بكلمات ذات دلالة بأن إتباع الهوى والسير وراء الشهوات، سيحرفنا عن الطريق الصحيح الذي أراده الله، من خلال تحكيم العقل والارادة وترك حب الدنيا التي تشبه الحية، ناعم ملمسها قاتل سمها. وهذا يتطلب من الإنسان أن يجعل أعماله وطاعته لرضى الله وخدمة البشر، فيطهر نفسه وقلبه من الخبائث قبل فناء العمر والموت الذي لا بيع فيه ولا عمل : ﴿قُلْ لِعِبَادِيَ الَّذِينَ أَمَّنُوا بِقِيَمُوا الصَّلَاةَ وَيَنْفَقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرًّا

(١) روضة الواعظين ص ٤٧٢ .

(٢) سورة الكهف ، الآية : ٤٩ .

(٣) سورة الزلزال ، الآية : ٧ - ٨ .

وَعَلَانِيَةً مِنْ قَبْلِ أَنْ يَأْتِيَ يَوْمٌ لَا بَيْعَ فِيهِ وَلَا خِلَالَ»^(١).

فعلام الغيبة والنميمة ، والغرور والحسد ، وعمل المنكرات والقبائح ، والعقل والمنطق يرفضان ذلك؟! والعاقل من عمل لدنياه وآخرته معاً. قال أمير المؤمنين عليه السلام «إعمل لدنياك كأنك تعيش أبداً وأعمل لآخرتك كأنك تموت غداً»^(٢).

أيها الانسان العاقل لا تغفل عن ذكر الله ، لأنه يراك ويسمعك وهو أقرب اليك من حبل الوريد ؛ وكل صغيرة وكبيرة يسجلها الملكان الموكلان ، فأحذر صفح الله وستره ، كما قال الإمام عليه السلام : «فو الله لقد ستر حتى كأنه غفر»^(٣).

إن الأعمال صغيرها وكبيرها مسجلة ومحفوظة في أجهزة كومبيوترية إلهية مع الصورة والصوت ؛ أجهزة لا تخطأ ولا تظلم أحد ، فكيف بك حينما يقدم لك منكر ونكير قائمة كومبيوترية مفصلة بجميع الأعمال والأفعال التي ارتكبتها طوال عمرك؟! ما هو الجواب في ساعات لا ينفع معها الاعتذار والندم؟! إن العاقل من يغتنم الفرصة قبل فوات الأوان «وإن اليوم عمل ولا حساب وغداً حساب ولا عمل»^(٤). كما قال الإمام علي عليه السلام ؛ وقد أشار القرآن الكريم إلى هذه الحقيقة حين قال : ﴿إِقْرَأْ كِتَابَكَ كَفَىٰ بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيبًا﴾^(٥).

(١) سورة إبراهيم ، الآية : ٣١ .

(٢) الفقيه : ج ٣ ص ١٥٦ .

(٣) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ١٤١ .

(٤) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٢ ص ٣١٨ .

(٥) سورة الأسراء ، الآية : ١٤ .

«تَوَلَّمَةُ الْبَقَّةِ»

ضرب لنا الإمام مثلاً جميلاً على ضعف الانسان ، بحالة الألم التي تحدث عندما تقرصنا البقعة ، هذه الحشرة الصغيرة التي لا قيمة لها في نظرنا ؛ لذلك لا بُدَّ لنا من أخذ فكرة موجزة ، عن الجلد ومكوناته ، لنكون على بينةٍ من عظمة كلام الإمام ، وكيف أنَّ تلك المخلوقة الصغيرة تؤذي الانسان وتؤلمه .

مكونات الجلد^(١)

يتكون جلد الانسان من ثلاث طبقات :

- ١ - البشرة : وتتألف من أربع طبقات ، وفيها أربعة أنواع من الخلايا ، أهمها : الخلايا الخاصة بلون البشرة ، وتسمى الميلانوسايت . وتعتمد البشرة على الأدمة في الإسناد والتغذية .
- ٢ - الأدمة : تقع تحت البشرة ، وتتكون في الغالب من مادة الكولاجين ونوعين من المواد البروتينية (الإبلاستين والريتكولين) . المواد الثلاثة تقع في محيط غير مبلور يسمى الطبقة الأرضية . أكثر خلايا الأدمة هي خلايا الفايبروبلاست التي تقوم بصنع المواد البروتينية المارة الذكر ، إضافة إلى وجود خلايا أخرى . وتقع في الأدمة الأوعية الدموية الشعرية والأعصاب وملحقات الجلد .
- ٣ - ملحقات الجلد :

تتكون الملحقات من :

أ - البصيلات الشعرية والعضلات المرافقة .

ب - الغدد العرقية بنوعيتها .

أعصاب الجلد

إن إنتشار الأعصاب في الجلد شيء يبهر العقل ، إذ تنتهي الألياف العصبية بجسيمات خاصة يختص كل نوع منها بنقل حس معين ؛ فهناك جسيمات تنقل الحر ، وأخرى تنقل البرد ، وثالثة للمس والضغط ، ورابعة لحس الألم ، وخاصة تختص بنقل الحس العضلي أو الحس العميق .

الجسيمات العصبية تختلف في أشكالها ، فهي إما بشكل سلال ، أو دوائر متحدة المركز فيها خط ، أو متطاولة مع ألياف عصبية متفرعة فيها .

الجسيمات العصبية تقدر بالملايين ، فمثلاً هنالك (٣ - ٥) مليون جهاز حساس للألم ، و (٢٠٠٠٠٠) جهاز حساس للحر ، و (٥٠٠٠٠٠) ألف جهاز حساس للمس والضغط ، بحيث أصبح جلد الإنسان عبارة عن سطح تغطيه شبكة هائلة من الألياف العصبية .

إن جلد الانسان يمثل خارطة تتقاسم الأعصاب السيطرة عليه ؛ بحيث أن هنالك (٦٢) عصباً يسيطر على الجسم (عدى الرأس) وتنقل الحس منه ، ومن الرأس (١٤) عصباً ، أي : أن هنالك (٧٦) عصباً تسيطر على مساحات الإحساس في الجلد البشري .

وهنا لا بُدُّ لنا من شرح قوس الانعكاس لتتعرف على كيفية الاحساس بالألم ؛ ولنضرب مثلاً ، إذا لامست يد الإنسان جسماً أو شيئاً ساخناً فإنه يبعد يده وبصورة لا شعورية بسرعة فائقة تبلغ جزءً من الثانية ؛ وهذا يتم

بواسطة نقل الحس عن طريق الأعصاب الحسية ، التي تصل إلى المنطقة الخلفية من النخاع الشوكي حيث تبلغ الأخبار إلى الخلايا ؛ وعندها تقوم الخلايا بالاتصال بالمنطقة الأمامية من النخاع ؛ حيث تقع مفاتيح السيطرة على العضلات في خلايا القرون الأمامية للدماغ ، ومن هناك تنطلق الأوامر إلى الأعصاب المحركة للعضلات المناسبة ؛ فتسحب اليد بسرعة مذهشة وبشكل انعكاسي ، ويسمى هذا الفعل بالقوس الانعكاسي .

وبواسطة الجسيمات الحسية التي تنقل حسن البرد والحر ، يحدث التوازن الحراري لجسم الانسان ، وتبقى حرارته ثابتة (٣٧) درجة مئوية .

إن الجسيمات الحسية هي أشبه بميزان الحرارة الخارجي الذي يقيس درجة حرارة الجو أم برودته ؛ ثم يرسل هذه الأخبار عبر نبضات عصبية بسرعة تبلغ (٢٠٠) ميل في الساعة ، وحينما تصل الأخبار إلى مراكز القيادة في مناطق ما تحت السرير العصبي يُدرس الموقف ؛ ثم ترسل الأوامر بمنتهى السرعة إلى العروق الدموية السطحية وإلى الغدد العرقية ، حيث يكثر ورود الدم وإفراز العرق ، وبالتالي زيادة الإشعاع الحراري والتبخير المائي ، مما يوازن الحرارة ويبرد الجسم .

أما جسيمات اللمس فهي أدق ، فعند تلمس الموجودات تشعر بسطحها الخارجي ، ويتم تمييز الناعم والخشن ، والأملس والمجعد . وباللمس يُعرف الشيء الذي تقع عليه اليد ، ولو كان الانسان مغمض العينين .

إن جسيمات الحس العميق هي التي تنقل الأخبار إلى المراكز العليا ، ثم يشترك المخيخ مع الحس العميق مع دهليز الأذن في تحقيق التوازن ؛ حيث تُشد العضلات وتستقيم المفاصل والعظام والأوتاد .

من كل ما تقدم يتبين لنا أن سطح الجلد مزود بشبكة كبيرة واسعة متناهية الصنع والدقة ؛ تغطي كافة مساحة الجسم وخلاياه ، لذلك فإن قرصة بسيطة من بقعة صغيرة لا تساوي شيئاً في نظر الإنسان ؛ يشعر بها ويتألم منها ويسحب يده بسرعة ويحكها بعض الأحيان .

من ذلك يتضح : أن الإنسان بهذا الصنع العجيب ، والقوة الظاهرة ، والتحدي والجبروت ، يتألم أحياناً ويتأذى من أبسط وأصغر المخلوقات ، وهذه موعظة تحتم علينا أن نعي ونتدبر حقيقة أنفسنا ، وأن لا نشغل الفكر إلا بطاعة الله والخضوع لعظمته .

«وَتَقْتُلُ الشَّرْقَةَ»

لابد لنا قبل أن نشرح كيف تقتل الإنسان الشرقة أن نتعرف على تركيب البلعوم وكيفية بلع الطعام ؛ حتى تتوضح أمامنا الصورة بشكل علمي ومفهوم .

تركيب البلعوم :

يقع البلعوم في نهاية الفم واللسان ، ويتركب من عضلات متحركة تساعد على تحريك ودفع الماء والطعام نحو المريء ، وكذلك إمرار الهواء القادم من الأنف عبر فتحته الخلفية إلى القصبة الهوائية ، يتألف سقف البلعوم مما يسمى اللهاة التي يتوسطها لسان المزمار الذي يعتبر أذكى وأنشط شرطي مرور في العالم .

عملية البلع :

تعتبر عملية البلع عملية إنعكاسية ، يتم تحريكها بنبضات واردة من الأعصاب المحركة لعضلات البلعوم ، حيث تمر الألياف الصادرة إلى الجهاز العضلي البلعومي واللسان عبر تلك الأعصاب . تبدأ عملية البلع بفعل تلقائي يقوم بجمع المحتويات الفموية على اللسان ويدفعها نحو البلعوم ؛ هذا الأمر يؤدي إلى حدوث موجة من التقلصات غير العضوية في العضلات البلعومية التي تدفع الطعام نحو المريء .

إن إيقاف عملية التنفس وانغلاق لسان المزمار يعتبران جزءاً من الاستجابة الانعكاسية ؛ وعملية البلع تعتبر صعبة جداً إن لم تكن مستحيلة عندما يكون الفم مفتوحاً ، وهذا الأمر يعرفه جيداً أولئك الذين يمضون وقتاً على كرسي طبيب الأسنان الذين يشعرون بتجمع اللعاب في الفم .

في الحالة العادية يقوم الشخص البالغ بالبلع أثناء تناول الوجبة ، لكن البلع يستمر أيضاً بين الوجبات . إن عدد مرات البلع الكلي يومياً يبلغ حوالي (٦٠٠) مرة ، منها (٢٠٠) مرة أثناء الطعام والشراب ، و(٣٥٠) مرة أثناء النهار خارج اوقات الطعام ، و(٥٠) مرة أثناء النوم .

في منطقة الاتصال البلعومي المريئي ، توجد منطقة من المريء بطول ٣ سم يكون فيها تقلص الجدار العضلي أثناء الراحة مرتفعاً . هذه المنطقة تسترخي بشكل انعكاسي عند البلع ، لتسمح للطعام بالمرور إلى المريء لتتشكل بعدها حلقة تقلصية خلف اللقمة تنشأ من تقلص العضلات المريئية ؛ وتقوم هذه الحلقة بالانتشار نحو الأسفل بسرعة حوالي ٤ سم في الثانية ؛ وعندما يكون الشخص بوضعية الوقوف ، تنزلق الأطعمة السائلة

ونصف الصلبة بتأثير الجاذبية الأرضية نحو أسفل المريء متقدمة على الحركة التقلصية . أما العضلات التي تقع ما بين المعدة والمريء ، فتكون متقلصة وفعالة ولا تسترخي إلا في حالة البلع ؛ وهذا التقلص ينفع في منع دخول محتويات المعدة إلى المريء .

الاضطرابات الحركية في البلعوم :

- ١ - ضمور وضعف الأعصاب المحركة لعضلات البلعوم واللسان .
- ٢ - ضمور الخلايا الحركية للدماغ .
- ٣ - الإصابة بمرض الدفتريا .
- ٤ - الإصابة بمرض الكزاز .
- ٥ - وجود الفتحات والعيوب الولادية .
- ٦ - شلل عضلات البلعوم .
- ٧ - انسداد الأنف نتيجة الأمراض مما يؤدي إلى خلل في عملية البلع والتنفس .

الاضطرابات الحركية في المريء .

- ١ - ضعف وضمور الأعصاب المحركة للمريء .
- ٢ - ضمور خلايا ونوى الدماغ الحركية .
- ٣ - الإصابة بالإغماء .
- ٤ - الإصابة بحالات التسمم .
- ٥ - الإصابة بسرطان المريء .
- ٦ - الإصابة بحالة الأكالازيا ، وهي حال يتراكم فيها الطعام في المريء

بحيث يؤدي إلى توسّعه ، تنجم هذه الحالة نتيجة تقلص العضلات القابضة السفلى للمريء أثناء الراحة وحدوث استرخاء غير كامل للعضلات القابضة عند البلع . الحالة المعاكسة لما ذكر هي ضعف تقلص العضلات القابضة السفلى للمريء ، والتي تؤدي إلى دخول محتويات المعدة الحامضية إلى المريء ، مما يؤدي إلى حرقه خلق عظم القص والتهاب جدار المريء الذي ينتج عنه تقرح وتضييق الجدار .

٧ - ابتلاع الهواء والغاز المعوي :

يحدث هذا لدى الأشخاص العصبيين الذين يقومون بابتلاع مقادير كبيرة من الهواء ؛ كما أن بعض الهواء يتم ابتلاعه أثناء عملية الأكل والشرب .

٨ - ابتلاع المواد السامة تعمداً أو عن طريق الخطأ .

٩ - ابتلاع الأطعمة اليابسة أو الكبيرة .

١٠ - محاولة التكلم أثناء بلع الطعام .

١١ - العجلة أثناء تناول الطعام .

والآن وبعد أن استعرضنا تركيب البلعوم وكيفية بلع الطعام ؛ نعود إلى كلام الإمام علي عليه السلام (تقتله الشرقة) التي تحدث للإنسان أثناء عملية البلع . إن وجود أية إصابة أو مرض في البلعوم أو المريء ، أو العجلة أثناء تناول الطعام ، أو محاولة بلع قطعة كبيرة من اللحم أو الأطعمة الجافة ، قد تؤدي إلى عرقلة الفعل الانعكاسي في فتحة البلعوم ، مما يؤدي إلى انحباس الطعام في البلعوم ، وإنسداد القصبة الهوائية نتيجة ذلك التواجد ، وعجز لسان المزمار من القيام بواجبه بصورة طبيعية . وهكذا فإن وقوف الطعام أمام فتحة القصبة وسدها أو دخوله إلى جوف القصبة ، يؤدي إلى الاختناق وتوقف عملية التنفس التي قد تقود إلى الموت نتيجة نقص الاوكسجين أو

كرد فعل انعكاسي حاد يحصل لدى العصب العاشر . وهكذا تتبين لنا عظمة الإمام عندما أوضح بما لا يقبل الشك ضعف الإنسان أمام أبسط الأحداث التي لم تخطر على فكره يوماً ما .

«وَتُتَنُّهُ الْعَرَقَةُ»

الدين الإسلامي الحنيف أوجب على الإنسان المسلم أغسال عديدة ، واجبة ومستحبة ، وما ذلك إلا لأسباب روحية وصحية ، لأن الإنسان كمخلوق يقوم بمختلف الفعاليات مكوّن من روح وجسد ، فكما يعتبر الايمان والعلم غذاء الروح ، فإن النظافة والطعام واللباس النظيف والتطيب هي غذاء الجسد . لذلك فإن نظافة وغسل البدن بصورة دائمة تعتبر عامل مساعد في منع الأمراض ومضاعفاتها .

ولو تفحصنا جسم الإنسان لوجدناه عبارة عن مدينة صناعية كبيرة تجري فيها مختلف الفعاليات من هدم وبناء ؛ ولكن الشيء الملفت للنظر هو أن درجة حرارة تلك المدينة (الجسم) ثابتة لا تتغير في الأحوال العادية ؛ ويتم ذلك عبر وسائل مختلفة ، أهمها : وجود ملايين الغدد العرقية والدهنية التي تفرز العرق بصورة منظمة ودقيقة للحفاظ على تلك الدرجة . إن التعرق والعرق الخارج من الجسم إضافة إلى التبخر المستمر إذا لم ينظف ويغسل بصورة منظمة ؛ سوف يؤدي إلى مضاعفات عديدة .

فوائد عرق البدن :

- ١ - المحافظة على درجة حرارة الجسم .
- ٢ - طرد بعض الفضلات الناتجة من عملية البناء والهدم .
- ٣ - شل فعالية بعض الميكروبات والفيروسات ، خصوصاً وأن العرق

ذو قوام حامضي .

٤ - المحافظة على رطوبة الجلد ومنعه من التيبس .

٥ - التصرف على هوية الأفراد من خلال رائحة العرق المنبعثة من البدن .

مضار عدم إزالة وتنظيف عرق البدن :

١ - نشوء حساسية في الجلد .

٢ - ظهور الأمراض الجلدية كالقنطريات والعفنيات على الجلد .

٣ - انسداد أنابيب الغدد الدهنية مما يؤدي إلى كبرها وحدوث

المضاعفات فيها .

٤ - بروز روائح كريهة من البدن .

٥ - نفور واشمئزاز الناس من وجود تلك الروائح .

لتلك الأسباب وغيرها أكد الدين الاسلامي على ضرورة الغسل والنظافة «تنظفوا فإن الإسلام نظيف»^(١) وجعلها سنة من السنن المحمدية ، فكما أن الوضوء أحد عوامل النظافة اليومية ، فإن الأغسال المسنونة الواجبة والمستحبة هي عوامل دينية وصحية حسنة ؛ تجعل من الفرد المسلم طيب الرائحة محبوب العشرة .

واخيراً لا بد لنا من القاء نظرة على جهاز تنظيم الحرارة في البدن لنطلع على العلاقة الوطيدة بينه وبين عملية التعرق .

تنظيم حرارة البدن^(٢)

تنتج الحرارة في الجسم بالتمرين العضلي ، والتمثيل الغذائي ، وكل

(١) كشف الخفاء : ج ١ ص ٢٨٨ .

(٢) بتصرف من كتاب Review of medical physiology

العمليات التي تقود إلى فعاليات أساسية في البدن .
الحرارة تُفقد من الجسم بالإشعاع والنقل والتبخر المائي أثناء عملية التنفس ، وعن طريق الجلد ، وأثناء التبول والبراز .
إن التوازن بين إنتاج الحرارة وفقدانها هو الذي يقرر حرارة الجسم ، وإن وظائف الجسم الطبيعية تعتمد على حرارة جسمية ثابتة نسبياً .

حرارة الجسم الطبيعية

تبدل الحرارة العملية التي يصونها الجسم في المخلوقات ذات الحرارة الثابتة من شخص لآخر . الحرارة الطبيعية العادية التي تقاس عن طريق الفم هي (٣٧) درجة سنتي غراد . إن حرارة الجوف البشري الطبيعية تعاني من تموج يومي حوالي نصف درجة ؛ وتتراكم الحرارة المنتجة بالتقلص العضلي أثناء التمرين بالجسم ، وترتفع أيضاً بشكل خفيف أثناء الانفعالات العاطفية ؛ وقد يكون السبب هو التوتر العضلي . وقد ترتفع ارتفاعاً مزمناً بنصف درجة في زيادة فعالية الغدة الدرقية ؛ وقد تنخفض انخفاضاً بسيطاً في نقص نشاط الغدة الدرقية .

إنتاج الحرارة يحدث بسبب :

- ١ - التفاعلات الكيميائية .
- ٢ - هضم الطعام .
- ٣ - تقلص العضلات .

فقدان الحرارة يحدث بسبب :

- ١ - التشعع والنقل .

٢ - التبخر العرقي .

٣ - التنفس .

٤ - التبول والتغوط .

آليات تنظيم الحرارة :

١ - الآليات المتفعلة بالبرد

أ - الارتعاش .

الجوع .

زيادة الفعالية .

تزيد إنتاج الحرارة

ب - تقلص الجلد .

تكور البدن .

إنتصاب شعر الجلد

تنقص فقد الحرارة

٢ - الآليات المنفعلة بالحرارة .

أ - توسع الأوعية الدموية .

التعرق الكثير .

زيادة التنفس .

تزيد فقد الحرارة

ب - فقد الشهية .

تنقص إنتاج الحرارة

فتور البدن والفعالية .

الخوف

قال الإمام علي عليه السلام :

«وَكُلُّ خَوْفٍ مُّحَقَّقٍ إِلَّا خَوْفَ اللَّهِ فَإِنَّهُ مَعْلُومٌ»^(١)

«أتخاف أن تكون في رجائك له كاذباً ، أو تكون لا تراه للرجاء موضعاً ، وكذلك إن هو خاف عبداً من عبيده أعطاه من خوفه ما لا يعطي ربه ، فجعل خوفه من العباد نقداً ، وخوفه من خالقه ضميراً ووعداً»^(٢).

(١ و ٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٩ ص ٢٢٦ .

الإمام علي عليه السلام في هذه السطور القليلة والكلمات الجليلة ، تطرق إلى موضوع نفسي له أهميته الكبيرة في حياة الإنسان الخاصة والعامة ؛ من حيث التأثيرات العائلية والاجتماعية ، والنتائج السلبية العديدة التي تغير من مجرى حياة الإنسان وتجره إلى الدمار والضياع ، وبالتالي تنعكس تلك التأثيرات النفسية على الأفراد الذين يعيشون مع الشخص المصاب ، مما أدى إلى حدوث كوارث عائلية كثيرة ومضاعفات سلبية بقيت أثارها لعدة سنوات ؛ بحيث أحالت حياتهم إلى جحيم لا يطاق وهم يعانون من ضعف القدرة على التخلص من معاناتهم وآلامهم وفزعهم الذي ضيق الخناق عليهم فأصبحوا يعيشونه ليل نهار وكأن قدرهم التعيس صار مربوطاً بتلك الحالة المؤلمة .

الإمام يشير في كلمته الأولى بأن كل خوف ممكن أن يكون ثابتاً وحاصلاً للإنسان ، ويمكن لهذا الخوف أن يزول بزوال المسببات والأعراض ، إلا الخوف من الله وسطوته وسخطه ، فإنه باق لأنه لا انقضاء لمحدوره .

في كلمته الثانية خاطب الإمام الإنسان وحذره من الرجاء الكاذب ، والشك في قبول الرجاء من قبل الله تعالى ، وهذا عين الكفر ، لأن الله هو أهل الرجاء وموضعه ، فاذا خاف الإنسان عبداً من عباد الله وأعطاه في نفسه من الخوف أكثر مما يعطى الله ، وجعل الخوف من الله من الدرجة الثانية ، فقد ضل وإنزلق بهذا التصرف . هذا السلوك يتنافى مع العقل والدين ؛ لأن

الحديث الشريف يقول : «رأس الحكمة مخافة الله»^(١) .

ويعرّف الخوف بأنه : تألم ضمير وفكر الإنسان من احتمال حدوث مكروه الآن أو في المستقبل .

الخوف يقع في مراحل متعددة منها :

١ - العلم بالخوف : وهو علم الإنسان بالسبب المؤدي إلى الخوف ، وذلك كمن قام بجناية ما ويخاف الانتقام بسبب تلك الجناية ، أو الخوف من الله لكثرة المعاصي التي ارتكبها خلافاً لأمر الله ونهيه .

«فالعلم بأسباب المكروه هو تألم القلب ، وبحسب ضعف هذه الأسباب يضعف الخوف ، فالعلم بأسباب المكروه هو السبب الباعث المثير لاحتراق القلب وتألمه ، وذلك لاحتراق هو الخوف . وكذا الخوف من الله تعالى تارة يكون بمعرفة الله ومعرفة صفاته ؛ وتارة يكون لكثرة الجناية من العبد بمقارفة المعاصي ، وتارة يكون بهما جميعاً . وبحسب معرفته بعيوب نفسه وبمعرفته بجلال الله واستغنائه تكون قوّة خوفه ، فأخوف الناس لربه أعرفهم بنفسه وبربه ، ولذلك قال الرسول ﷺ : أنا أخوفكم لله»^(٢) . وقال الإمام علي عليه السلام : «إِنَّمَا هِيَ نَفْسِي أَرَوْضُهَا بِالتَّقْوَى لِتَأْتِي أَمِنَةً يَوْمَ الْخَوْفِ الْأَكْبَرِ ، وَتَثَبَّتْ عَلَى جَوَانِبِ الْمَزَلَقِ»^(٣) .

الإمام هنا يفتح لنا الطريق ، لكي نتعلم منه أن الخوف الحقيقي الذي يستحق التفكير هو الخوف من الله ، ويعلل زهده بالطعام واللباس بأنه

(١) من لا يحضره الفقيه للشيخ الصدوق : ج ٤ ص ٣٧٦ .

(٢) المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٧ ص ٢٧٠ .

(٣) نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٦ ص ٢٠٨ .

رياضة نفسية ، سببها الخوف من الخالق ، والرياضة لا تكون إلا بالتقوى كي تكون النفس مهيأة للأمان يوم الفزع الأكبر (القيامة) ؛ وبذلك تثبت في مداحض الزلق مختلفة عن غيرها التي ركنت إلى الدنيا ومغرياتها .

٢ - إحتمال الخوف : وهو أن الإنسان يحتمل وقوع الخوف في كثير من تصرفاته الصحيحة والخاطئة ؛ وهذا الاحتمال قد يستمر في السيطرة على عقله ، لمدة قصيرة أو طويلة ، بضعف أو بقوة ، طبقاً لذلك الاحتمال .

٣ - وسوسة الخوف : وهو أن المصاب تسيطر عليه وسوسة الخوف ، بحيث تصبح الحياة في عينيه سوداء لا يرى خلالها إلا الخوف والقلق المحتمل الوقوع في أية لحظة من حياته الكثيرة .

الخوف محمود في بعض الحالات ، خصوصاً الخوف من الحالات المؤدية إلى تعرض الإنسان للإصابة بالأمراض والجروح والشبهات والموت في بعض الحالات .

الخوف له مراتب ، قصور ، واعتدال ، وافراط ، والمحمود هو الاعتدال والوسط ، واما الخوف المفرط الذي يزداد ويتجاوز الاعتدال ويؤدي إلى اليأس والقنوط فهو مذموم ؛ لأنه يدمر حياة الانسان ويمنعه من الاستمرارية والعمل ، ويقود إلى الضعف والمرض والوله والدهشة وزوال العقل ؛ وقد يسبب الموت .

أقسام الخوف :

أ - خوف الله .

ب - خوف الدنيا .

خوف الله وهو أنواع :

- ١ - خوف الموت قبل التوبة .
- ٢ - خوف نكث العهد .
- ٣ - خوف ضعف القوة عن الوفاء بتمام حقوق الله .
- ٤ - خوف زوال رقة القلب وتبدلها بالقساوة .
- ٥ - خوف الميل عن الاستقامة .
- ٦ - خوف استيلاء العادة في إتباع الشهوات المألوفة .
- ٧ - خوف أن يكله الله إلى حسناته التي اتكل عليها وتعزز بها في عباد الله .

- ٨ - خوف البطر بكثرة نعم الله عليه .
- ٩ - خوف الاشتغال عن الله بغير الله .
- ١٠ - خوف تبعات الناس عنده في الغيبة والخيانة والغش وإضرار السوء .

- ١١ - خوف ما لا يدري أن يحدث في بقية عمره .
- ١٢ - خوف تعجيل العقوبة في الدنيا والافتضاح قبل الموت .
- ١٣ - خوف الاغترار بزخارف الدنيا .
- ١٤ - خوف اطلاع الله على سريرته في حال غفلته عنه .
- ١٥ - خوف الختم له عند الموت بخاتمة السوء .

الخوف من الله تعالى هو خوف الموحدين والصديقين وهو ثمرة معرفة الله ؛ فكل من عرفه وعرف صفاته علم من صفاته ما هو جدير بأن يخاف من غير جرم أو جناية ؛ لذلك قال سيدنا ومولانا علي عليه السلام : «من

اشتاق إلى الجنة سلا عن الشهوات ، ومن أشفق من النار رجع عن المحرمات»^(١).

خوف الدنيا :

وهذا الخوف كثير جداً ومتنوع الأشكال ، فاي حادث أو منحى في حياة الإنسان يمكن أن يصبح مصدراً للخوف . وأهم أنواع الخوف التي يصادفها الطبيب النفساني هي :

١ - الخوف من الأماكن المرتفعة .

٢ - الخوف من الأماكن الواسعة والمكشوفة .

٣ - الخوف من الأماكن الضيقة والمغلقة .

٤ - الخوف من الماء .

٥ - الخوف من الدماء .

٦ - الخوف من السفر بالطائرة .

٧ - الخوف من النيران .

٨ - الخوف من الغرباء .

٩ - الخوف من الجثث .

١٠ - الخوف من الازدحام .

١١ - الخوف من الأمراض .

١٢ - الخوف من الظلام والليل .

١٣ - الخوف من السياقة .

- ١٤ - الخوف من الزوجة .
- ١٥ - الخوف من المستقبل .
- ١٦ - الخوف من مراجعة الدوائر الرسمية .
- ١٧ - الخوف من الانخراط بالجيش .
- ١٨ - الخوف من مراجعة دوائر الأمن .
- ١٩ - الخوف من المدرسة .
- ٢٠ - الخوف من الدخول في المعاملات التجارية .

الآثار السلبية للخوف :

تنقسم إلى قسمين :

أ - آثار طبية .

ب - آثار اجتماعية .

أ - الآثار الطبية :

١ - القلق .

٢ - الخوف الحصري .

٣ - الكآبة .

٤ - الهستيريا .

٥ - الأرق .

٦ - الهلوسة .

٧ - التخيلات .

٨ - الشك .

- ٩ - الإصابة بداء السكر .
- ١٠ - تساقط الشعر .
- ١١ - إرتفاع ضغط الدم .
- ١٢ - الإصابة بالسكتة القلبية .
- ١٣ - إضطراب القولون والإسهال .
- ١٤ - إلتهاب المعدة .
- ١٥ - إنبعاث روائح كريهة من الفم .
- ١٦ - التقىء .
- ١٧ - العزوف عن الطعام .
- ١٨ - الهزال .
- ١٩ - الضعف الجنسي .
- ٢٠ - النسيان .
- ٢١ - الهذيان .
- ٢٢ - التعرض للإصابة بالأمراض العضوية .
- ٢٣ - الإصابة بالسرطانات .
- ٢٤ - الإصابة بآلام المفاصل والعظام .

ب - الآثار الاجتماعية :

- ١ - الانزواء عن الناس .
- ٢ - التفكك العائلي .
- ٣ - إعتناق الأفكار الشاذة .
- ٤ - العزوف عن العمل .
- ٥ - الاعتياد على الكحول والمخدرات .

- ٦ - الإيمان بالخرافات والشعوذة .
- ٧ - التأخر الدراسي .
- ٨ - الخوف من الحيوانات .
- ٩ - الخوف من الأصوات .
- ١٠ - الحذر في التعامل مع الناس .
- ١١ - إزدیاد ظاهرة الشكوى والجزع .
- ١٢ - التشاؤم من المستقبل .
- ١٣ - عدم الاعتناء بالمظهر العام .
- ١٤ - الامتناع عن تناول بعض الأطعمة .
- ١٥ - الحرص والبخل .
- ١٦ - الانحراف الأخلاقي .
- ١٧ - القنوط واليأس .

دراسة الخوف من الجوانب النفسية^(١)

للخوف علاقة وثيقة بالحصص القهري وكثيراً ما يصاحبه ، إلا أن الخوف قد يظهر لوحده دون أعراض الحصر . كما أنه قد يحدث في أية شخصية غير حصرية ، ولذلك تصنفه بعض الكتب النفسية كمرض مستقل . الخوف كمرض نفسي هو : خوف غير معقول تجاه موضوع معين ، أو شخص أو موقف ما . وهو يختلف عن الخوف المبهم في القلق الذي لا هدف له . وعن الخوف الاعتيادي (المعقول) ، وقد يكون موضوع الخوف تصوراً أو حدثاً يتعلق بأحد ميادين الحياة والفعاليات .

(١) بتصرف من كتاب : أصول الطب النفسي للدكتور فخري الدباغ ص ١٣٢ .

الأسباب :

يظهر من دراسة مرض الخوف أن الشخص المصاب ذو شخصية عصابية ، غالباً ما تكون ذات طباع خجولة ، خائفة ، تشعر بالعجز أو الرهبة من مواقف معينة ، فاذا ما حدثت تجربة أو حادثة تعزز من هذه الميل ظهر الخوف بصورة محددة تجاه ذلك الموضوع ؛ وقد وجد ان الخوف يتبلور في الظروف التالية :

١ - قد يكون نتيجة فعل منعكس شرطي تعزز وترسخ نتيجة حدث أو تجربة في أيام الطفولة ؛ فالطفل الخائف من قطة بيضاء أدته وخدشته قد يخاف من القطط بصورة خاصة ، أو من اللون الأبيض الذي انطبع بذاكرته دون موضوع القطة .

٢ - قد يكون تبلوراً وتجمعاً لعدة مخاوف عامة ، فينشأ الخوف كخوف واحد له دلالة ورمزاً للمخاوف الأصلية . ويكون توحيد المخاوف محاولة من المريض لملاقاتها جميعاً بصورة واحدة ، فقد تكون المخاوف الأولية من عدم الاستقرار وافتقاد الأمن والشكوك ، متجمعة بشكل خوف من الأماكن العالية والسقوط ، فاذا تجنب المصاب الأماكن المرتفعة يكون حسب تقديره اللاشعوري قد تجنب الشعور بعدم الاستقرار ، لكنه إذا استمرت المخاوف القديمة على حدتها وشدتها انتشر الخوف الواحد إلى غيره ، وتعطلت أنشطة المريض واضطربت حياته .

٣ - قد يكون الخوف وسيلة حماية ووقاية للمريض من رغبات وميول غير لائقة وفاضحة لا شعورية .

٤ - قد يكون الخوف نتيجة شعور بالإثم تجاه بعض الأفكار

والأفعال ، فالخوف من مرض الإيدز أو الزهري ، هو رد فعل للشعور بالخطيئة تجاه القيام بعمل جنسي محرّم .

الأعراض :

١ - يكتسب الخوف قوة ورسوخاً عندما يستخدمه المريض لا شعورياً للسيطرة على الآخرين (الوالدين ، الزملاء ، أفراد الأسرة) أو لكسب عطفهم ومؤازرتهم ؛ وهذا ما يسمى بالازدواجية ، لأن الفتاة الخائفة تطلب حماية والدتها ، وهي نفس الأم التي تكرهها وتحبها تلك الفتاة ، لكن الأم تقوم بدور الحامي والحارس للمريض رغماً من ذلك .

٢ - حالة الخوف في الفزع لا تختلف عن أي خوف آخر ، ففي الموقف الذي يخاف فيه المريض يشعر باضطراب عام ، ويعمل الجهاز العصبي الذاتي بشدة ، فيضيق الصدر ، ويحل الشعور بالاختناق ، ويزداد الخفقان ، والتعرق الشديد والوهن العضلي والآلام في الأحشاء وربما الإسهال وكثرة التبول ، ويرتفع القلق إلى حد أن يلجأ المريض إلى الهرب من ذلك الموقف أو إلى الانهيار والإغماء أو إلى الغثيان والتقيء والدوار .

٣ - تزول تلك الأعراض بزوال الموقف أو الموضوع .

فلسفة الخوف :

الخوف والغضب عواطف مرتبطة مع بعضها بعدة طرق .

إن المظاهر الخارجية للخوف هي استجابة ذاتية ، مثل التعرق وتوسع حدقة العين ، الانكماش من الخوف أو البرد ، وإدارة الرؤوس من جانب لآخر بقصد الهرب ، أو بسبب الحيرة والتفكير . وعلى هذا فإن الخوف

والغضب هي استجابات غريزية فعالة مرتبطة بالتهديدات في البيئة المحيطة بالإنسان ، ويحدث رد فعل الخوف بتنبه منطقة الهيبوثالماس (تحت المهاد).

التشخيص التفريقي :

- ١ - يحدث الخوف كجزء من القلق الحاد ، ويحدث هذا المرض أحياناً في المصائب والكوارث العامة ، بحيث ينتقل المصاب إلى حالة من الرعب الشديد والصداع والهرب ، كحدوث الزلازل والفيضانات والغارات الجوية .
- ٢ - يحدث الخوف كجزء من الحصر القهري .
- ٣ - يحدث الخوف كبداية في مرض الهوس والكآبة الدوري قبل أن يتخذ صورته المعروفة .
- ٤ - يحدث الخوف كمرض أولي في مرض تصلب الشرايين الدماغية وكآبة الشيخوخة .

العلاج :

- ١ - العلاج النفسي : كان الخوف من التحديات التي واجهت المحلل النفسي ، وقد وجد أن تدخل المعالج في التوجيه والإيحاء بصورة فعالة وإيجابية ، يؤدي إلى نتائج أفضل من العلاج الكلاسيكي السلبي ، ومع ذلك فقد بقى مصير الفزع متأرجحاً بين الإزمان والتدهور أو التخفيف الجزئي ؛ مع بقاء آثاره بدرجات متفاوتة .
- ٢ - تساعد العقاقير المهدئة كثيراً على ضبط وتخفيف الخوف قبل

حدوثه خاصة إذا ما اضطّر المريض إلى ممارسة التجربة التي يخاف منها ،
والمهدئات التي يمكن استعمالها هي : مركبات الفاليوم ، الليبريوم ،
المبروباميت ، السيرباكس .

٣ - العلاج السلوكي :

تزداد نسبة العلاج السلوكي وخاصة ، لأن هدف العلاج معين
ومحدود . وتدل النتائج الأولية على أن نسبة مشجعة من النجاح نتجت عن
العلاج السلوكي . ولو فرضنا أن مريضاً يخاف من الأماكن والساحات
المكتشوفة الواسعة فإن خطة العلاج السلوكي هي : أن نتدخل في المنعكس
الشرطي الحالي ونبدل منه بالوسائل الفلسجية العصبية ، أي بإطفاء هذه
الصلة فنجعل المريض في حالة تقبل واسترخاء ، ثم ندفعه تدريجاً إلى الأماكن
الواسعة ونوحي له ونشجعه ، وبالتكرار والمثابرة ، إلى أن يجد نفسه يوماً
وقد رضي بوجوده في مكان مكشوف دون أن يتوق عنده رد فعل الخوف .

أسباب الأمراض

قال الإمام علي عليه السلام :
«وداؤك منك وما تشعر»^(١).

(١) ديوان الإمام علي عليه السلام ص ١٧٩ .

الإنسان بطبيعته وتركيبه الفسيولوجي والباثولوجي معرض للإصابة بالأمراض المختلفة . هذه الحقيقة ناجمة من تواجده داخل المجتمع ، حيث الإختلاط مع الناس والتماس مع الطبيعة .

الأمراض التي تصيب الانسان إما عضوية تصيب الأعضاء والأنسجة حينما يتعرض إلى العوامل المرضية كالفيروسات والبكتريا وغيرها ؛ أو نفسية نتيجة الضغوط والعوامل المالية والعائلية والاجتماعية ، أو بيئة نتيجة العمل اليومي ووجوده في بيئة غير صالحة أو موبوءة .

الأمراض العضوية يصاب بها الإنسان حين التعرض المباشر للعوامل المرضية ، أو بسبب الإهمال وعدم الاهتمام بالنظافة الشخصية والعامة ، كعدم تناول الغذاء الجيد ، واللباس النظيف ، والسكن الملائم ، مما يؤدي إلى الإصابة بالأمراض المختلفة .

العوامل البيئية التي تؤثر على الإنسان نتيجة العمل المجهد الذي لا يتلائم مع طاقته وقابليته بسبب ضعف البدن والعمل المتواصل هي من العوامل المهمة في حياة الإنسان المعاصر .

أما الأمراض النفسية فهي موجودة منذ خلق الله قابيل وهابيل ، لكنها صارت اليوم كثيرة ومتنوعة ، وأصبحت سمة من سمات العصر الحاضر ، الذي تميز بتعدد الظروف الاجتماعية التي تعيشها الأغلبية داخل التجمعات البشرية المعقدة ، التي تكثر فيها المشاكل العائلية والاجتماعية ، وتلعب المادة دوراً رئيسياً في حياتهم وأفكارهم ، مما أوجد ضغوطاً نفسية متفاوتة القوة ، أدت في نهاية الأمر إلى إصابة الإنسان بأمراض نفسية وروحية تتناسب طردياً مع شدة الحدث ، وقوة المؤثر وقابلية التحمل والصمود لدى

الأشخاص المصابين .

عصرنا الحاضر ، عصر الثورة الصناعية والتكنولوجيا الحديثة ، عصر الصراع المادي والركض بلا وعي وراء المال والشهوات يزخر بملايين الناس المصابين بمختلف الأمراض النفسية التي أوجدناها بأعمالنا وكوناها بأنفسنا وصنعنا منها معضلة غير قابلة للحل .

البيئة البشرية وما تضمه من حشرات ، ونباتات ، وحيوانات ، ومياه ، وسكن ، عامل مؤثر في حياة الإنسان اليومية . فتواجهه في بيئة غير صحية يؤدي إلى الإصابة بالأمراض ، ناهيك عن أن العمل في بيئة صناعية ملوثة بالمواد الكيميائية والفيزيائية ، أو العمل في ظروف ومناخ غير ملائم كالحر والبرد الشديد ، أو محيط ملوث بالأتربة والغبار المتطاير والذرات الصناعية الثقيلة ، والسكن في مناطق مزدحمة ومن دون تخطيط ، يعرض الإنسان للإصابة بالأمراض العضوية الصعبة العلاج ، كأمراض السيليكات والإسبستوز ، إضافة إلى الأمراض النفسية والإخلاقية التي تحدث نتيجة الاختلاط والازدحام ووطأة العمل المجهد .

البخل وترك العناية بتناول الغذاء الجيد ، وأهمال النظافة العامة والجسمية ، وأهمال النصائح الطبية والارشادات الصحية ، والاختلاط مع المرضى المصابين بأمراض معدية ، يؤدي في نهاية المطاف إلى العدوى والاصابة بالأمراض .

وعلى العكس فإن بعض الناس يصابون بأمراض القلب والكبد والمعدة والأمعاء والكلئى ؛ بسبب الإفراط في تناول الطعام كمأ وكيفية .

أما الإدمان على المخدرات والمشروبات ، وسهر الليالي ولعب القمار ، فنتائج معروفة عند الجميع ، ولا أظن أحداً ينكر ما يؤول له

الانزلاق في مستنقع الفواحش ، حيث الأمراض الزهرية المعدية وما تجلبه من ويلات بالأخص حين الإصابة بمرض الأيدز .

البعض من الناس - بسبب الجهل أو العناد - يتهاونون في متابعة المرض بل وحتى تناول العلاج ، مما يسبب مضاعفات خطيرة على حياتهم .

الفقر الذي يحدث في المجتمع نتيجة التسلط والظلم الإجتماعي ، وغياب العدالة والايمان ، عامل أساسي في انتشار الأمراض والأصابة بها .
الاختلاط مع الحيوانات في الريف أو حقول التربية ، أدى إلى إصابة الكثيرين بالأمراض المشتركة التي تصيب الحيوان والانسان ، وما مرض جنون البقر الذي يعصف في اوربا والعالم إلا مثال حي على ما نقول .

ظاهرة بيئية خطيرة برزت في العصر الحاضر ، هي ازدياد كمية وحجم الغازات السامة ؛ الناتجة من مخلفات المواد الصناعية والمعامل ، واستعمال المبيدات الحشرية بكميات كبيرة ، مما أدى إلى تكوّن الأمطار الحامضية ، وما نتج عنها من قتل ملايين الأشجار ودمار المزارع والغابات ، وتشقق طبقة الأوزون التي تحيط بالكرة الأرضية ، والتي أدت إلى ارتفاع درجة حرارة الكرة الأرضية . إن هذه الظاهرة تحولت إلى كارثة بيئية خطيرة ، أثرت على الانسان ، والماء ، والحيوان ، والنبات ، والبكتريا ، والفيروسات ، حيث تحولت بعض الفيروسات والبكتريا من حالتها اللامرضية الساكنة إلى موجودات مهاجمة ومرضية .

الحوادث الطبيعية كالزلازل والفيضانات ، والعواصف والجفاف ، يرافقها كالعادة شيوخ مختلف الأمراض .

التحلل الأخلاقي الخطير ، والمتفشي في العديد من بلدان العالم ،

أدى إلى ازدياد الجرائم الجنسية كالاعتداء والاعتداء ، وازدياد حالات الطلاق ، والعلاقات الجنسية الغير مشروعة وما رافقها من أمراض زهرية معدية .

الحروب وويلاتها التي نشبت وتنشب بين الحين والآخر في مناطق عديدة من العالم ، وما يرافقها من أمراض عضوية ونفسية وعاهات دائمة مؤذية لها مردودات وتأثيرات سلبية وكثيرة على المجتمعات .

اما استعمال الأسلحة الكيماوية والقنابل الذرية والعنقودية وقذائف اليورانيوم فتأثيرها معروف لدى الجميع ؛ فاما أن يكون ذا مدى قصير أو طويل ، واضرارها تشمل الرجال والنساء والأطفال ، وحتى الحيوان والنبات ، ولسنين عديدة .

الدكتاتوريات وما يرافقها من إرهاب وسجن وقتل وتعذيب لمختلف طبقات الناس بل وحتى الشعوب المجاورة ؛ المبادئ الهدامة والأفكار الملحدة والشاذة ، وما تجلبه من دمار للأفكار والمبادئ ، ومن ويلات وانقلابات ، ومشاجرات وسجون واغتيالات لها آثار سلبية كبيرة على صحة الكثير من الناس .

أما الركن وراء المادة وجعلها هدفاً فهو من أشد الأخطار ، لأن حب الدنيا رأس كل خطيئة ، ومن عشق المادة وأحبها فعل المستحيل للحصول عليها .

إن التمسك بالدين ، وما يرافقه من استقرار روحي ونفسي ، له فوائد عائلية وإجتماعية لا تحصى ، وبالعكس فإن الابتعاد عنه سيوقع الإنسان في مشاكل إجتماعية ونفسية وصحية ، وصدق الله العظيم : ﴿ ذَلِكْ بِمَا قَدَّمْتَ

أَيْدِيكُمْ وَأَنَّ اللَّهَ لَيْسَ بِظَلَّامٍ لِلْعَبِيدِ^(١).

الإمام علي عليه السلام الذي هو كنز العلوم الإلهية والنبوية، يدرك هذه الحقائق وما يترتب عليها من آثار صحية مضرّة ومؤذية للإنسان ذو الطاقات المحدودة؛ لذلك نراه يؤكد في هذا الشطر من الشعر على نقطة مهمة وهي: أن أغلب أمراض الإنسان هي من صنع يده، ومن أم أفكاره المنحرفة والبعيدة عن الإيمان، وهي التي أوصلته إلى هذه الحالة المزرية والمؤذية للروح والبدن.

واليوم وبعد مئات السنين، يؤكد الباحثون وأطباء علم النفس على أن أغلب الأمراض العضوية هي وليدة الضغوط النفسية التي يعاني منها الإنسان؛ والتي ما زالت تهجم عليه بقوة وشراسة، جراء المعاناة اليومية والمشاكل الاجتماعية المستمرة والمتواصلة، وهذا ما نشاهده اليوم من خلال ملايين المرضى الذين يعانون من الأمراض النفسية المختلفة.

علم المناعة

قال الإمام علي عليه السلام :
«دواؤك فيك وما تبصر»^(١)

(١) ديوان الإمام علي عليه السلام ص ١٧٩ .

بعد أن أوضح الإمام علي عليه السلام بصورة جلية وناطقة ، بأن أغلب الأمراض التي تصيب الإنسان هي من صنع يده وأفكاره وتصرفاته (وداؤك منك وما تشعر) ؛ ركز هنا بكلمات إعجازية وحروف نورانية وقوافي شعرية تسطع كضوء الشمس في وضوح النهار على أهمية الموضوع . كلمات تحاكي وتسائر وتؤيد العلوم الطبية العصرية ، وتتماشى مع العظمة الإلهية والحكمة الربانية التي خلقت الإنسان في أكمل وأحسن تقويم ؛ وزودته بما يحتاج من دفاعات ضرورية ومقاومات لازمة حيوية ، ليكون في وقاية بدنية من مسببات المرضية ، وليصبح في حصانة من الإصابة بالأمراض العضوية والنفسية .

كلمات بدأت تظهر معالمها العلمية ، وتعرف حقيقتها الإعجازية بعد مرور مئات السنين ، عندما تقدم العلم والبحث العلمي الذي كشف لنا الكثير من حقائق وأسرار الخلقة البشرية ، التي لا يعرفها بالكامل إلا الله والراسخون في العلم ومنهم سيدنا ومولانا الإمام علي عليه السلام الذي أراد منا بشعره هذا أن يبين لنا جزءاً يسيراً من العظمة الإلهية التي لم تترك الإنسان سدىً أو فريسة سهلة أمام الأعداء المرثيين وغير المرثيين ؛ الذين يجلبون الأمراض ويسببون المرض .

أنواع المناعة :

- ١ - مناعة طبيعية وجدت في الإنسان منذ خلقه .
- ٢ - مناعة مكتسبة ، وهي على نوعين :
- أ - مناعة مكتسبة نتيجة الإصابة بالأمراض ، كالجدري ، والسعال

الديكي ، والحصبة ، والحصبة الألمانية ، والنكاف ، وغيرها .

ب - مناعة مكتسبة عن طريق إعطاء اللقاحات اللازمة للأطفال منذ الولادة وحتى دخولهم المدارس ؛ وهي لقاحات متعددة ، تعطى وفق جدول مدروس ومعين ، كاللقاح الثلاثي ، وشلل الأطفال ، والسل ، والدفتريا ، والسعال الديكي ، والغاز ، والتهاب الكبد الفيروسي .

إن الإنسان مزود بدفاعات خارجية ، أو ما يسمى بخط الدفاع الأول الذي يتكون من :

١ - شعر الجسم بأنواعه ومواقعه المختلفة ، كشعر الرأس والأذن والأنف والبدن واللحية والشارب . هذا الشعر لم يخلقه الله عبثاً ولم ينبت في تلك المواقع إلا لعله ، كالمحافظة على درجة حرارة البدن ودفع الميكروبات وشل حركتها .

٢ - عرق البدن . إن وجود ملايين الغدد العرقية هو لحفظ حرارة البدن أولاً ، والمساهمة في إيجاد محيط حامضي على طبقة الجلد ، تمنع تكاثر الميكروبات والفايروسات وتحبط محاولتها لدخول البدن بسهولة .

٣ - دمع العين ، ويستفاد منه لحفظ العين من التيبس نتيجة انفتاح الأجفان ، كذلك المحافظة على العين في شل فعالية بعض الميكروبات ، إضافة إلى ترطيب الأنف أثناء دخول الهواء إلى الرئتين .

٤ - لعاب الفم : إن إفرازات الغدد اللعابية يستفاد منها في تسهيل عملية المضغ والبلع ؛ وكذلك مقاومة بعض الميكروبات وشل فاعليتها .

٥ - شمع الأذن ، يحافظ على رطوبة الأذن الخارجية ونعومتها ، ومنع السوائل من التجمع داخل الأذن ، كذلك يحافظ على رطوبة ومطاطية طبلة الأذن ويمنع تمزقها حينما تتعرض لأصوات مؤذية وقوية ، كما أنه عامل

مهم ومفيد في قتل الميكروبات والحشرات الداخلة إلى الأذن الخارجية .

٦ - حموضة المعدة ، تساعد على هضم المواد البروتينية الداخلة إليها ، كما وانها تقتل وتشل فعالية بعض الميكروبات الداخلة مع الماء والغذاء .

٧ - العضلات القابضة ، تمثل نقاط حراسة فعالة تمنع دخول الأعداء إلى جسم الإنسان كعضلات البلعوم ، والإحليل ، والمهبل ، وفتحة الشرج ، وغيرها .

٨ - الشعيرات الميكروسكوبية الموجودة في جدار القصبة الهوائية ، تساهم بفعالية في طرد الأجسام الغريبة الصغيرة والميكروبات الداخلية مع الهواء .

٩ - بعض الميكروبات يتم طردها وطرحها مع الفضلات والسموم الخارجة من البدن عن طريق البصاق والبول والبراز .

في حالة فشل تلك الدفاعات الفسيولوجية والميكانيكية في طرد ومقاومة وقتل مسببات المرضية تبرز الأعراض التالية ؛ والتي هدفها تنبيه الإنسان بأن حالته الصحية في خطر ، وأن على دفاعات وجيش خط الدفاع الثاني التدخل قبل استفحال الأمور وحصول المرض ؛ وهذه الأعراض عبارة عن :

١ - إرتفاع في درجة الحرارة .

٢ - آلام في مناطق معينة أو متعددة في الجسم .

٣ - عدم الشهية .

٤ - التقىء أحياناً .

٥ - الإسهال في بعض الحالات .

٦ - دوران في الرأس وفقدان السيطرة بعض الأحيان .

٧ - زيادة في سرعة التنفس .

٨ - زيادة في عدد ضربات القلب أو عدم انتظامها في بعض الأحيان .

كما ذكرنا في حالة فشل خط الدفاع الأول يتدخل خط الدفاع الثاني الموجود داخل الجسم ، والمتأهب دائماً ويسرعة للدفاع والهجوم ، في جميع حالات دخول العناصر المسببة للأمراض إلى داخل الجسم . ويتكون خط الدفاع الثاني من :

أ - جهاز المناعة الطبيعي :

تتواجد عناصر هذا الجهاز بصورة طبيعية داخل الجسم سواء في الحالات المرضية وغير المرضية ، والخلايا للمفاوية تعتبر العناصر الأساسية لهذا الجهاز . يملك هذا الجهاز قدرة واضحة لإنتاج المضادات الموجهة ضد ملايين العوامل الأجنبية المختلفة التي تهاجم وتغزو الجسم .

مكونات هذا الجهاز عبارة عن :

١ - الخلايا الأكلة للميكروبات :

عندما يدخل فيروس أو جرثوم أو بروتين أجنبي إلى داخل الجسم يتم ابتلاعه من قبل البالعات الكبيرة ويتم هضمه جزئياً .

٢ - الخلايا القاتلة للميكروبات :

تسمى أحياناً الخلايا غير B وغير T . هذه الخلايا هي خلايا لمفاوية كبيرة تؤلف (١٠ - ١٥) في المائة من الخلايا وحيدة النواة الجائلة في الدم ؛ تقوم هذه الخلايا بقتل العناصر الداخلة دون أي سابق معرفة بها ودون مساعدة مستضدات التوافق النسيجي الأساسي ؛ ولها دور فعال في تدمير

الخلايا ذات القدرة التكاثرية الخبيثة ؛ وبالتالي تساعد في منع تطور الأورام السرطانية بسرعة ؛ كما وانها تهاجم الفيروسات ، وتملك مستقبلات تسمح بقتل الفيروسات المغلفة بالأضداد .

٣ - العوامل المتممة : وهي عنصر مهاجم يتكون من (٢٠) مادة بروتينية تتحد مع بعضها لقتل ومقاومة الميكروبات . وهي عبارة عن إنزيمات بلازمية ، وقد تم تمييز عدة إنزيمات وثلاث بروتينات في هذا الجهاز .

٤ - اللمفوكينات والسيتوكينات :

إن اللمفاويات والبالعات الكبيرة ، وأحياناً الخلايا البطانية والدبقية ، وبعض أنواع الخلايا الأخرى ، تقوم بإفراز العديد من الوسائط الكيميائية الشبيهة بالهرمونات التي تؤثر على الاستجابة المناعية . إن الوسائط التي تفرزها اللمفاويات تسمى عادة اللمفوكينات ، ولكن بما أنها تُفرز من خلايا أخرى أيضاً لذلك يفضل تسميتها بالسيتوكينات . هذه الوسائط الكيميائية لها دور فعال وكبير ضد الفيروسات وعامل مساعد للخلايا الأكلة والقاتلة .

ب - جهاز المناعة المتكيف^(١) :

يدخل هذا الجهاز ساحة المعركة ، في حالة فشل جهاز المناعة الطبيعي في صد ومقاومة مسببات المرضية ؛ ويعمل كالآتي :

١ - يقوم بصنع عاجل وسريع للمضادات المناسبة للمسبب الداخل ، حيث يقوم بدفع كميات ملائمة ومناسبة لقوة الأعراض والمسبب في محاولة لزيادة المقاومة أمام الغزاة والقضاء عليهم ، وهي أنواع متعددة منها :

IgG ، Igm ، IgA ، IgD ، IgE

٢ - تندفع خلايا الجهاز اللمفاوي بسرعة خارقة ، وتدخل ساحة المعركة بكميات هائلة وأنواع خاصة قادرة على شل وقتل الميكروبات الداخلة ؛ وتتألف من عدة أنواع :

أ - الخلايا العادية .

ب - الخلايا المتحولة وفق نوع وخاصية الميكروب المسبب .

ج - الخلايا المتطورة ، وتمثل الجهاز الصاروخي في الجيوش الحديثة ، وهي أنواع منها خلايا T ، وخلايا B .

ولكن إذا فشلت جميع دفاعات الجسم في صد ومقاومة العدو الغازي ، وبدأت الأعراض المرضية بالظهور ، وصار المريض يعاني من الآلام وارتفاع الحرارة والمضاعفات ، تتدخل قوة الإحتياط الضاربة أو الأدوية التي يصفها الطبيب وفق تشخيصه ، وتتكون من الحبوب ، والأشربة ، والحقن العضلية والوريدية ، والتحاميل والحقن الشرجية . واليوم وبعد انتشار المختبرات الطبية وتعدد وسائل التشخيص ؛ صارت الأدوية تعطى للمريض حسب نوعية الميكروب المشخص وحساسيته تجاه الدواء اللازم وبكميات مناسبة وملائمة وكافية للقضاء عليه ؛ علماً بأن العلاج قد يستغرق مدة قصيرة أو طويلة ، وفق قوة وكمية ونوعية ومقاومة الميكروب الداخل للجسم ؛ فقد يستغرق العلاج سبعة أيام كما في التهاب اللوزتين ، أو إسبوعين في حالة الإصابة بذات الرئة ، أو ٦ - ٩ أشهر عند الإصابة بمرض التدرن ، وهكذا حسب نوعية الإصابة .

إن ما استعرضناه في هذه الصفحات حول جهاز المناعة في جسم الإنسان هو مختصر المختصر ؛ لأن علم المناعة هو من العلوم الحديثة المتطورة التي تدرّس في الجامعات الطبية العالمية ؛ وله أساتذة ومتخصصون . وصدق الإمام علي عليه السلام حين قال : دواؤك فيك وما تبصر .

العالمُ الأكبرُ

قال الإمام علي عليه السلام :

«وَتَحَسَّبُ أَنَّكَ جَرْمٌ صَغِيرٌ وَفِيكَ انْطَوَى الْعَالَمُ الْأَكْبَرُ»^(١)

ترجمه: «وَتَحَسَّبُ أَنَّكَ جَرْمٌ صَغِيرٌ وَفِيكَ انْطَوَى الْعَالَمُ الْأَكْبَرُ»

الأجرام السماوية : كثيرة العدد ، متنوعة الأحجام ، منها المأهول بالبشر كالأرض ، ومنها غير المأهول ، لكنها تتفق جميعاً من حيث التكوين الإلهي والعظمة الربانية ؛ بعجيب الصنع الذي يدل بلا ريب على عظمة الصانع وابداع المكوّن .

الأرض بصغرها نسبة للكواكب والأجرام السماوية الأخرى ، تحوي وتتكون من ملايين التركيبات المادية ، وأنواع المخلوقات الحياتية ومختلف النباتات والأشجار والفواكه ذات المذاقات المتعددة ؛ تجعل الإنسان العاقل يقف بخشوع وإجلال لعظمة الخالق البارئ المصور ، ويجزم بيقين بعظمة الكون وبداعته .

الإمام علي عليه السلام الخازن والحافظ لعلوم النبي الأكرم ، عرف حقيقة الإنسان وما أعطاه الله من عناصر ومكونات فاقت أكبر المخلوقات الأخرى ؛ كالكواكب والأجرام السماوية التي بهرت عقل الناظر اليها ، فخاطبه بهذا البيت من الشعر الذي يحوي الكثير من المعاني والآيات ، لكي يتفكر ما بنفسه من معجزات رتبها وصورها الله في أحسن تصوير ، معجزات فاقت التصور البشري ، حتى أن العلم الحديث وما يملكه من أجهزة متطورة لم يتوصل إلى معرفة كنه الإنسان ، وصدق الرسول الكريم حين قال : من عرف نفسه عرف ربه .

نعم ، إن من يطلع على التكوين التشريحي والفسولوجي والكيميائي ، وما أودع الله في الإنسان من أنسجة وأعضاء معقدة التركيب بعيدة التصور ، سيخر ساجداً شاكراً للخالق العظيم ، الذي لا تعد نعمه ولا تحصي ، ويزداد يقيناً وإيماناً واستقامةً وتسليماً لله رب العالمين ، ﴿ إِنَّمَا

يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ ﴿١﴾ .

الإعجاز الذي نطق به الإمام قبل عدة قرون ، بدأ العلماء يكتشفونه ويدركونه بعد سنين طويلة وجهود مكثفة من البحث والمتابعة ؛ ولا يزالون يكتشفون كل يوم حقائق جديدة ومذهلة ، حتى توصلوا أخيراً إلى اكتشاف ما أسموه بالخارطة الجينية للإنسان ؛ والتي تحتوي على أكثر من ثلاثين ألف جين . ومما زاد الأمر انبهاراً وعظمةً هو أن كل جين متخصص بعمل معين ووظيفة معينة ؛ حيث يؤثر ويتأثر بالأمراض المختلفة التي عانى ويعانى منها الإنسان في الوقت الحاضر والمستقبل ؛ ناهيك عن أن الخلية الانسانية بحد ذاتها هي عالم خاص ، له مدير وإدارة وعمال ومراقبون ، وحدود تراقب الداخل والخارج ولا تسمح بذلك إلا بجواز رسمي موقع من إدارة الخلية ، كما وانها تملك المولدات الكهربائية التي تزودها بالطاقة اللازمة . إما الدماغ وما يحويه من مليارات الخلايا العصبية فهو عبارة عن عجيبة ذات لون رمادي وأبيض لم يتعرف العلماء على حقيقته وكيفية عمله ، وكيف تخصصت خلاياه للقيام بالأفعال والأعمال العضوية والعاطفية المختلفة .

والآن لو أردنا أن نشرح عمل كل خلية ونسيج وعضو وجهاز ، لتطلب ذلك مجلدات لا تحصى . لذلك نكتفي بمجرد بسيط لما يحويه جسم الإنسان من خصائص ووظائف وأعضاء فريدة في نوعها وتكاملها ؛ وكيف أنها تشكل عالماً كبيراً واسعاً يفوق تصورنا وخيالنا . وبذلك نصل إلى نتيجة هامة وهي : أن الإنسان بحجمه الصغير يملك من الطاقات والأجهزة والمعامل والوظائف ملايين المرات أكبر وأكثر وأعقد من الأجرام السماوية المعروفة لدى الإنسان ؛ وصدق الله العظيم في كتابه الكريم :

﴿وفي الأرض آيات للموقنين * وفي أنفسكم أفلا تبصرون﴾^(١).
واليك ما في الانسان :

- ١ - يزن الإنسان المتوسط العمر والبالغ من الطول متر و٧٥ سم (٧٠) كيلو غرام ومساحة بدنية حوالي (١،٨) متر مربع .
- ٢ - يحتوي جسم الإنسان على ألف ميلون مليون خلية .
- ٣ - يقوم جسم الإنسان بالعمليات المختلفة التالية خلال اليوم الواحد :

- أ - يأكل حوالي ٣ - ٤ أرطال من مختلف الأطعمة .
- ب - يشرب ما يقارب ١،٥ لتر أو أكثر من السوائل .
- ج - يتنفس (٢٣٠٠٠) مرة .
- د - يدق قلبه (١٠٠٠٠٠) مرة .
- هـ - يختزن في ذاكرته نصف مليون صورة جديدة .
- و - يتخلص بوسائله المختلفة من اوقية من الأملاح .
- ز - ينتج يومياً ٢٤٠ × ١٠ كرية حمراء وأضعاف كمية الكريات البيضاء .

- ح - يتنفس (٤٢٥) قدماً مكعباً من الهواء منها (٨٥) قدم من الأوكسجين .

- ط - يفرز (١،٥) لتراً من اللعاب .
- ك - يولد كمية من الطاقة تعادل الطاقة الناتجة من سيارة كبيرة .
- ل - يتخلص من (٢،٥) لتر من السوائل عن طريق البول والتعرق والتنفس والبراز .

- م - يتخلص من (٢،٢٥) رطل من غاز ثاني أوكسيد الكربون .

ن - يفرز الكبد يومياً لترأ من المادة الصفراء .

٤ - يستهلك جسم الإنسان من خلاياه حوالي (١٢٥) مليون خلية في الثانية الواحدة أي : بمعدل (٧٥٠٠) مليون خلية في الدقيقة الواحدة ، وبنفس الوقت يتشكل ويتركب نفس العدد من الخلايا بصورة تقريبية .

٥ - خلق الإنسان بأحسن الصور ، فاليدان للعمل والرجلان للوقوف والسعي ، والعينان للاهتمام ، والفم للاغتذاء ، والمعدة للهضم ، والكبد للتحويل والتصفية ، والمنافذ لدفع السموم والفضلات ، والأعضاء التناسلية لادامة النسل .

٦ - شرايين الدماغ والرأس والقلب والكلية والرئتين والعضلات تختلف من حيث التركيب والوظيفة بعضها عن البعض الآخر .

٧ - إن الشعر والأظافر خالية من الحياة ، لأن طولها سمج وقبيح ، ويؤدي إلى القذارة والاصابة بالأمراض ، وقصهما حسن وجميل ، ولو كانت فيهما حياة لآلم الإنسان قصهما .

٨ - الأذن لا تسمع الذبذبات الصوتية التي هي أقل من (١٦) موجة في الثانية ، وأكثر من (١٦) ألف موجة في الثانية ، وهذه نعمة من الله ، لأن الإنسان لو سمع جميع الأصوات الصادرة من مختلف الموجودات والكائنات لأصيب بالخوف والهلع والإجهاذ والموت ؛ وذلك من شدة الضوضاء التي يتعرض لها .

٩ - إن عدد ضربات القلب (٧٦) ضربة في الدقيقة ، وتصل بمعدل (١٠٠) ألف ضربة يومياً أي (٤٠) مليون ضربة بالسنة أو ما يعادل (٢٠٠٠) مليون ضربة في الشخص المتوسط العمر .

١٠ - إن طي الركبة هو إلى الخلف ، لكون الإنسان يمشي إلى الأمام فتعتدل الحركات ، ولولا ذلك لسقط في المشي ، والقدم مقوسة لأن المشي

إذا وقع على الأرض بكامل القدم ثقل الجسم وتعب .

١١ - جدار الأنف البسيط على الرغم من صغر مساحته ودقته والذي يمر فيه الهواء ليل نهار بمعدل (٢٠) مرة في الدقيقة ، يعتبر من أدق وأفضل أجهزة التكيف الهوائي في العالم .

١٢ - المعدة تحوي (٣٥) مليون غدة معقدة التركيب لأجل الإفراز ، أما الخلايا الجدارية التي تفرز حامض الكلوريد ، فتقدر بمليار خلية .

١٣ - الإنسان هو المخلوق الوحيد الذي انتصب بدنه قائماً ، واستوى جالساً .

١٤ - جعل الله العينين في الرأس ، ولم يجعلها في مكان آخر ، حفظاً لها من الضرر ، وليتمكن الإنسان من مطالعة الأشياء بيسر وسهولة .

١٥ - الغدة النخامية التي تزن حوالي نصف غرام ، وحجمها لا يتجاوز ستممر مكعب ، هي الغدة الأم التي تدير وتسيطر على كافة الغدد الأخرى في جسم الإنسان .

١٦ - صوت الإنسان الذي تشترك فيه الحنجرة واللسان والشفتان والأسنان ، صفة خاصة بالإنسان لا يجاريه فيها مخلوق آخر .

١٧ - يوجد في العفج والصائم (٣٦٠٠) زغابة في كل ستممر مربع لامتناصص الأغذية المهضومة ، وفي الدقاق (٢٥٠٠) زغابة ، وان تلك الزغابات أدق وأفضل من أحدث الكومبيوترات الحديثة ، علماً بأن طول الأمعاء الدقيقة ثمانية أمتار .

١٨ - إختص الإنسان بخاصية الحفظ والنسيان والحياء والمنطق والكتابة .

١٩ - إختصت المخلوقات بالأخص الإنسان السالم بخاصية توقف النمو عند حد معين ؛ ولولا ذلك لبرزت مشاكل عديدة ، كذلك نراه يتوالد

ذكراً وأنثى ولو كان غير ذلك لانقرض نسل الإنسان .

٢٠ - إن التجاويف الموجودة في الرأس هي للموازنة واتقاء الصدمات التي قد يتعرض لها الإنسان خلال حياته اليومية .

٢١ - إن في مخاطية الفم يتوسف (٥٠٠٠٠٠) خلية تعوض فوراً ، وذلك كل خمس دقائق .

٢٢ - اللسان يحوي (٩٠٠٠) حليلة ذوقية لتمييز الطعم الحلو والحامض والمر والمالح .

٢٣ - إن الشعر لحفظ الرأس والبدن من الحر والبرد .

٢٤ - وإن الجبهة بدون شعر ، لأنها مصب النور إلى العينين ، وجعل فيها تجاعيد لمنع وصول العرق بسهولة إلى العينين ، وإن الحاجبين مفرق العينين ليردو عليهما النور .

٢٥ - إن الكريات الحمراء الموجودة في جسم الإنسان لو وضعت بجانب بعضها في صف واحد لأحاطت بالكرة الأرضية ؛ أما مساحتها فتقدر بـ (٣٤٠٠) متر مربع ، وعددها خمسة ملايين كرية حمراء في كل (مليمتر مكعب) من الدم ، وإنه يوجد في دم الإنسان الكامل (٢٥) مليون المليون كرية حمراء لنقل الأوكسجين ، و (٢٥) مليار كرية بيضاء لمقاومة الجراثيم ، ومليون مليون صفيحة دموية لمنع النزف داخل الأوعية الدموية في حالة النزف .

٢٦ - وإن دفقة المنى الواحدة عند الرجل تحوي ثلاثمائة مليون حيواناً منوياً ، ولا يتخلق الإنسان عند المقاربة إلا من حيوان منوي واحد يندمج مع بيضة واحدة من الأنثى .

٢٧ - درجة حرارة الإنسان ثابتة بالرغم من ملايين الفعاليات المختلفة التي يقوم بها الإنسان ؛ وهذا ما لا يوجد في أرقى الماكينات المصنوعة في العالم ، حيث تتجاوز حرارتها حرارة جسم الإنسان أضعاف المرات بالرغم

من صغرها وعدم قيامها إلا بوظيفة واحدة فقط .

٢٨ - لسان المزمار الصغير الحجم الكثير الفعالية ، يعتبر من أمهر وأحسن وأعظم شرطي مرور في العالم .

٢٩ - الكلية الواحدة بصغرها تحوي مليون وحدة وظيفية لتصفية الدم ، تسمى النفرونات ، ويرد إلى الكلية الواحدة في مدى (٢٤) ساعة (١٨٠٠) لتر من الدم ، ويتم رشح (١٨٠) لتراً منه ثم يعاد إمتصاص معظمه في الأنابيب الكلوية ، ولا يطرح منه سوى (١،٥) لتر وهو المعروف بالبول ، ويبلغ طول أنابيب النفرونات حوالي (٥٠) كيلو متراً ، وان الكلية الطبيعية بالرغم من صغر حجمها تقوم بمئات الوظائف ، ولو أردنا أن نقوم بصنع كلية صناعية مماثلة ، لتطلب منا مصانع كبيرة وكثيرة ، تأخذ حوالي خمسة كيلو مترات مربعة من الأرض .

٣٠ - الكبد بحجمه المعروف يقوم بأكثر من (٦٠٠) عملية فيزيولوجية في اليوم .

٣١ - الأنف جعل وسط العينين ليقسّم النور إلى العينين بالتساوي ، وأن ثقبه إلى الأسفل ليكون مصب الرواشح ، والشارب والشفة لمنع نزول سوائل وروائح الأنف إلى الفم .

٣٢ - العين لا توازيها أكبر وأحدث الكاميرات العالمية الموجودة ، لأنها تصور ملايين الصور يومياً بدون صوت أو إزعاج وبمختلف الأحجام والألوان ، وليس لها جهاز تحميض معقد ، مثل الكاميرات الحالية .

العين الواحدة تحوي حوالي (١٤٠) مليون مستقبل ضوئي ، وهي ما تسمى بالمخاريط والعصي . يبلغ عدد المخاريط في كل عين (٧) ملايين ، وعدد العصيات (١٣٠) مليون ، مهمة الأولى الضوء المركز والألوان ، والثانية الضوء الضعيف والعادي .

٣٣ - القصبة الهوائية تتفرع إلى قصبات ثم قصيبات ، وهكذا حتى تصل إلى فروع دقيقة على مستوى الاسناخ الرئوية . يبلغ عدد الاسناخ الرئوية حوالي (٧٥٠) مليون سنخاً ، وكل سنخ يتمتع بغلاف رقيق ويتصل بجداره عرق دموي صغير يتم خلاله تبادل الغازات .

٣٤ - تبدأ الأسنان بالتعظم في بداية الشهر السابع من عمر الجنين ، وتبدأ بالظهور من الشهر الخامس أو السابع ، وتسمى الأسنان اللبنية ، وعددها (٢٠) سنأ ، وتبدأ بالسقوط في بداية السنة السادسة وحتى الثالثة عشر ، كي تسمح بنمو الأسنان الدائمة التي تعدها (٣٢) سنأ ، وأقتضت الحكمة الألهية جعل تلك الأعداد ثابتة عند الصغار والكبار .

٣٥ - وزن القلب في الشخص المتوسط العمر والوزن حوالي ٣١٢ غراماً . وحجمه قبضة يد ، تبلغ عدد ضرباته بصورة متوسطة (٦٠ - ٨٠) ضربة في الدقيقة الواحدة أي ينبض (٤٠) مليون مرة في العام الواحد ، في كل نبضة يدخل القلب حوالي ربع رطل من الدم ، ويضخ في اليوم الواحد (٢٢٠٠) غالون من الدم وحوالي (٥٦) مليون غالون على مدى الحياة .

٣٦ - عمل عضلات الإنسان مجتمعة في اليوم يساوي ما حملته (٢٠) طن . يحوي جسم الإنسان حوالي (٦٠٠) عضلة ، وأكثر من (٢٠٠) عظم . وتحوي العضلة المتوسطة الحجم على (١٠) ملايين ليف عضلي .

٣٧ - زغابات المشيمة عند المرأة الحامل تفرش مساحة (١٦٠) قدم مربع وطول (٣٠) ميل ، وتعتبر مقراً لإفراز العديد من الهرمونات ، وممصات الغذاء ، وجهاز تصفية لأي مادة داخلية وخارجة .

٣٨ - توصل العلماء إلى اكتشاف الخارطة الجينية للإنسان ، ووجدوا أنها تحتوي على أكثر من ثلاثين ألف جين ، وكل جين مسؤول عن عمل معين وصفة معينة ومرض معين .

٣٩ - في الدماغ (١٣) مليار خلية عصبية و(١٠٠) مليار خلية دقيقة استنادية تشكل سداً لحراسة الخلايا العصبية من التأثير بأية مادة، وأن الخلايا العصبية في جسم الإنسان لو وضعت بصف واحد لبلغ طولها أضعاف المسافة بين الأرض والقمر .

٤٠ - في عضو كورتي الذي يمثل شبكية الأذن يوجد حوالي (٣٠) ألف خلية سمعية لنقل كافة أنواع الأصوات .

٤١ - في المبيض عند المرأة بويضات جاهزة تصلح كل واحدة أن تكون نصف إنسان ، يبلغ عددها في المبيض الواحد (٤٠٠٠٠٠) بويضة ولا يفرز من هذه البويضات في كل دورة قمرية (٢٨ يوماً) سوى بويضة واحدة ، ويتناوب المبيضان في الإفراز بالحالة الطبيعية .

٤٢ - تحت سطح الجلد يوجد حوالي (٥ - ١٥) مليون مكيف لحرارة البدن والمكيف هنا هو الغدة العرقية ، لأن تبخر العرق من الجلد يمتص معه نسبة عالية من حرارة البدن و سطح الجلد الذي يبلغ ١,٨ متر مربع تتفاوت فيه الغدد العرقية قلة وكثرة ، ومجموع أطوال أنابيب الغدد العرقية الموجودة تحت الجلد حوالي (٤ - ٥) كيلو مترات .

٤٣ - لا يمكن أن تتشابه بصمات أصابع الإنسان حتى لو أجرى الاختبار على مليارات البشر ، كما أن ألوان وأصوات الناس تختلف فيما بينها . وحديثاً تمكن العلماء من الوصول إلى حقيقة أن تركيب حامض D.N.A الموجود في خلايا الإنسان يختلف من فرد لآخر .

بهذه التركيبة العجيبة والمواصفات الغريبة التي ذكرناها تكوّن دماغ الإنسان أو عقله ، والشيء المدهش أن تلك الخلايا المتشابهة والمستقرة في أماكن خاصة ، لها وظائف متباينة ومتعددة تختلف من مجموعة إلى أخرى ، فبعضها للسمع والبصر ، وأخرى للنطق ، وبعضها للسيطرة على الحركة

والحس والألم ، وأخرى للفكر والعاطفة .

تعتبر الخلايا المختصة بالعاطفة من أعظم آيات الله الناطقة التي نفرّق

فيها بين الحق والباطل ، الإيمان والكفر ، والعدل والظلم ، والخير والشر .

إنّ العقل البشري هو من أسمى المخلوقات التي منحها الله للإنسان ،

لأن أول ما خلق الله العقل ، إستنطقه ثم قال له : إقبل فأقبل ، ثم قال له : ادبر

فأدبر ، ثم قال : وعزتي وجلالي ما خلقت خلقاً هو أحب إليّ منك ، ولا اكملتك

إلا فيمن أحب ، أما إنني إياك أمر وإياك أنهى ، وإياك أعاقب وإياك أثيب .

من ذلك تتضح عظمة العقل التي من خلالها عرف الإنسان ربه ، ومن

عرف ربه عاش الحياة بسعادة وطمأنية ، حيث القناعة والإيمان والعلم

والخير ، ومن سلك طريق العلم عرف نفسه ومن عرف نفسه عرف بأنه

أكبر واسمى عند الله من بعض المخلوقات ومنها الأجرام السماوية . قال

الرسول ﷺ : « لكل شيء آله وعدة ، وإنّ آله المؤمن وعدته العقل ، ولكل

شيء مطية ومطية المرء العقل ، ولكل شيء دعامة ودعامة الدين العقل ،

ولكل قوم غاية وغاية العباد العقل ، ولكل قوم راع وراعي العابدين العقل ،

ولكل تاجر بضاعة وبضاعة المجتهدين العقل ، ولكل أهل بيت قيم وقيم

بيوت الصديقين العقل ، ولكل خراب عمارة وعمارة الآخرة العقل ، ولكل

امرئ عقب يُنسب إليه ويُذكر به ، وعقب الصديقين الذين ينسبون إليه

ويذكرون به العقل ، ولكل سفر فسطاط وفسطاط المؤمنين العقل»^(١) وقال

الإمام علي عليه السلام : «العقل غطاء ستير ، والفضل جمال ظاهر ، فاستر خلل

خلقك بفضلك ، وقاتل هواك بعقلك تسلم لك المودة وتظهر لك

المحبة»^(٢) .

(١) المحبة البيضاء في تهذيب الاحياء : ج ١ ص ١٧٢ .

(٢) المحجة البيضاء في تهذيب الاحياء : ج ١ ص ١٧٣ .

الحسد

قال الإمام علي عليه السلام :

«إِنَّ الْحَسَدَ يَأْكُلُ الْحَسَنَاتِ كَمَا تَأْكُلُ النَّارُ الْحَطَبَ»^(١).

«صِحَّةُ الْجَسَدِ مِنْ قِلَّةِ الْحَسَدِ»^(٢).

«وَلَا تَحَاسَدُوا فَإِنَّ الْحَسَدَ يَأْكُلُ الْإِيمَانَ كَمَا تَأْكُلُ النَّارُ الْحَطَبَ ،
وَلَا تَبَاغُضُوا فَإِنَّهَا الْحَالِقَةُ»^(٣).

«حَسَدُ الصَّدِيقِ مِنْ سُقْمِ الْمَوَدَّةِ»^(٤).

«الْحَسُودُ دَائِمُ السُّقْمِ»^(٥).

«فَاتَّقُوا اللَّهَ وَلَا تَكُونُوا لِنِعْمِهِ عَلَيْكُمْ أُضْدَاداً ، وَلَا لِفَضْلِهِ عِنْدَكُمْ
حُسَّاداً»^(٦).

«الْحَسَدُ حُزْنٌ لَازِمٌ ، وَعَقْلٌ هَائِمٌ ، وَنَفْسٌ دَائِمٌ ، وَالنِّعْمَةُ عَلَى

الْمَحْسُودِ نِعْمَةٌ ، وَهِيَ عَلَى الْحَاسِدِ نِقْمَةٌ»^(٧).

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١ ص ٣١٧ .

(٢) المصدر السابق : ج ١٩ ص ٩٧ .

(٣) المصدر السابق : ج ٦ ص ٣٥٤ .

(٤) المصدر السابق : ج ١٩ ص ٣٩ .

(٥) غرر الحكم ودرر الكلم للآمدي : ج ١ ص ٨٥ .

(٦) المصدر السابق : ج ١٣ ص ١٤٦ .

(٧) المصدر السابق : ج ٢ ص ٢٦٧ .

قال الله تعالى في كتابه الكريم : ﴿ قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ﴾ * مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ * وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ * وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ * وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ﴿١﴾ .

هكذا ورد الحسد في القرآن الكريم ، وهو من الصفات المذمومة التي تتطلب من الإنسان التعوذ بالله منها . يصاب الإنسان بالحسد نتيجة الحقد المكبوت الناتج من الغضب . الحسد له عواقب سيئة كثيرة على الحاسد والمحسود . وهذا المرض شائع بين الناس ، لذلك قال الرسول ﷺ : «ثلاث لا ينجو منهن أحد : الظنُّ والطيرة والحسد» (٢) وقال الإمام علي : «صحة الجسد من قلة الحسد» (٣) .

الحسد يؤثر على الإنسان من وجهتين :

الاول الحاسد : قد يؤثر التفكير فيه نفسياً ، ومن ثم يؤثر عليه عقلياً وجسدياً كلما ازداد شدة الحسد ، وكلما قل عادت له صحته البدنية واستقراره النفسي .

الثاني المحسود : قد يؤثر الحسد من خلال التأثير النفسي للحاسد تجاه المحسود وآخر الدراسات التي قام بها فريق من أطباء علم النفس في الولايات المتحدة الأمريكية أثبتت وأقرت بوجود تأثير الحسد على المحسود من خلال موجات خاصة تنتقل من الحاسد إلى المحسود بطرق مباشرة أو غير مباشرة حيث تؤثر على نفسية وصحة المحسود .

الانسان الحاسد قد تصل به الأمور إلى حسد نفسه بطريقة غير

(١) سورة الفلق ، الآيات ١ - ٥ .

(٢) كتاب ذم الحسد : لابن أبي الدنيا .

(٣) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٩ ص ٩٧ .

مباشرة، حيث يقول الإمام علي عليه السلام : «عجب المرء بنفسه أحد حساد عقله»^(١).

الحسد كظاهرة قد تظهر بأحدى المظاهر الطبية التالية :

١ - حاد، حيث تظهر على الحاسد الانفعالات الداخلية الكامنة بصورة حادة، ويبدأ بالتعبير عن مكنوناته الداخلية بحالات غضب وكلمات جارحة، يرافقها تهديدات وتوعدات في بعض الأحيان. هذه الحالة قد ترافقها أحداث اعتداء أو نوبات مرضية يصاب بها الحاسد.

٢ - مزمن، تبدأ انفعالات الحسد بصورة تدريجية عند الشخص الحاسد، وتزداد بمرور الأيام، ولكنها لا تصل الصورة الحادة ولا ترافقها أحداث مهمة، ومع ذلك تؤثر على صاحبها بصورة تدريجية، وقد تجلب له المشاكل والإصابة بالأمراض النفسية والعضوية.

٣ - ظاهر أو مكشوف: في هذه الحالة تظهر علامات الحسد والحقده والغضب بصورة واضحة وجلية على الحاسد؛ وقد يُعبر عنها بعدم الخوف أو الحياء من الناس أو الشخص المحسود. ويكون الحاسد في هذه الحالة شخص فوضوي، عديم الحياء.

٤ - مخفي: لا تبدو على الحاسد علامات الحسد بصورة جليلة، لأن الحاسد في هذه الحالة إنسان ذكي أو ذو مكانة اجتماعية أو منصب حكومي؛ لذلك يبت حسده وكلماته بصورة ذكية أو مبهمه، لا تدل على مقاصده ونواياه، بالرغم من أنها ترضي أغراضه وحقده الكامن داخل عقله وفكره، وهذا النوع من الحسد أخطر من النوع الظاهر، لأنه يؤدي الغرض

المطلوب ولكن بذكاء وخبث . لذلك حذر الرسول الكريم المسلمين من الحسد وسلوك هذا الطريق المهلك حيث قال : «أخوف ما أخاف على أمتي أن يكثر لهم المال فيتحاسدون ويقتتلون»^(١) .

حقيقة الحسد^(٢)

لا حسد إلا على نعمة ، فإذا أنعم الله على أخيك بنعمة فلك فيها حالتان :

أحدهما : أن تكره تلك النعمة وتحب زوالها ، وهذه الحالة تسمى حسداً ، فالحسد حده كراهة النعمة وحبُّ زوالها من المنعم عليه .

الحالة الثانية : أن لا تحب زوالها ولا تكره وجودها ودوامها ، ولكنك تشتهي لنفسك مثلها ، وهذه تسمى غبطة ، وقد قال رسول الله ﷺ : «إنَّ المؤمن يغبط والمنافق يحسد»^(٣) .

الحالة الاولى : حرام في جميع الأحوال - إلا نعمة أصباها فاجر أو كافر واستخدمها في نشر الفساد وإيذاء الناس - وهي اعتراض على قضاء الله الذي فضل بعض عباده على بعض ، وهذا الأمر واضح في كثير من آيات القرآن الكريم : ﴿إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ﴾^(٤) .
و﴿وَاللَّهُ فَضَّلَ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ فِي الرِّزْقِ﴾^(٥)

(١) كتاب ذم الحسد : لابن أبي الدنيا .

(٢) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٥ ص ٣٣٠ .

(٣) الكافي : ج ٢ ص ٣٠٧ .

(٤) سورة الذاريات ، الآية ٥٨ .

(٥) سورة النحل ، الآية : ٧١ .

أسباب الحسد^(١)

١ - العداوة والبغضاء: وهو أشد أسباب الحسد، فإن من آذاه انسان بسبب من الأسباب، وخالفه في غرضه بوجه من الوجوه، أبغضه قلبه وغضب عليه ورسخ في نفسه الحقد، والحق يقضي التشفى والانتقام، فإن عجز المبغض عن أن يتشفى منه بنفسه أحب أن يتشفى منه بتغير الزمان.

٢ - التعزُّز: وهو أن يثقل عليه أن يترفع عليه غيره، فإذا أصاب بعض أمثاله ولاية أو علماً أو مالاً، خاف أن يتكبر عليه، وهو لا يطيق تكبره، ولا يسمح لنفسه باحتمال صلفه وتفاخره عليه.

٣ - الكبر: وهو أن يكون في طبعه أن يتكبر عليه ويستصغره ويستخدمه ويتوقع منه الانقياد له؛ فإذا نال نعمة خاف أن لا يتحمل تكبره وطاعته، أو ربما التطلع إلى مساواته أو يصبح متكبراً بعد أن كان مُتكبراً عليه.

٤ - التعجُّب: كما أخبر الله تعالى عن الأمم الماضية الذين قالوا: ﴿وَلَئِنْ أَطَعْتُمْ بَشَرًا مِثْلَكُمْ إِنَّكُمْ إِذَا لَخَاسِرُونَ﴾^(٢).

تعجبوا أن يفوز برتبة الرسالة والوحي والقرب من الله بشر مثلهم. فحسدوهم وأحبوا زوال النبوة عنهم، جزعاً أن يفضل عليهم من هو مثلهم في الخلقة، لا عن قصد تكبر وطلب للرئاسة وتقدم للعداوة.

٥ - الخوف من فوت المقاصد: وذلك يختص بمتزاحمين على

(١) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء: ج ٥ ص ٣٣٥.

(٢) سورة المؤمنون، الآية: ٣٤.

مقصود واحد ، فإنَّ كلَّ واحد منهما يحسد صاحبه في كل نعمة تكون عوناً له في الانفراد بمقصوده ؛ ومن هذا الجنس تحاسد الضرّات في التزاحم . على مقاصد الزوجية ، وتحاسد الأخوة والتلاميذ .

٦ - حب الرئاسة وطلب الجاه نفسه ، من غير أن يتوصل به إلى مقصود ؛ كالذي يحب أن يكون لا نظير له في فن من الفنون .

٧ - خبث النفس وشحّها بالخير لعباد الله ، فإنّك تجد من لا يشتغل برئاسة وتكبر ولا طلب مال ولكن إذا وصف عنده حسن حال عبد من عباد الله فيما أنعم به عليه شقّ ذلك عليه ؛ وإذا وصف له اضطراب أمور الناس وإدبارهم وفوات مقاصدهم وتنقص عيشهم فرح به ؛ فهو يحب الأذى لغيره ويبخل بنعمة الله على الآخرين .

دواء الحسد :

١ - العلم : وهو أن يعرف الإنسان أن الحسد يضره في الدنيا والدين ، وأن المحسود لا ضرر عليه ، فإذا عرف الإنسان ذلك وتيقن من ضرره بعقل وبصيرة ، فارق وترك الحسد لا محال .

٢ - العمل : وهو أن يجاهد الإنسان مع نفسه ، ويصارع الأفكار والوساوس التي تقوده إلى الحسد . فيمدح بدل الذم ، ويتواضع بدل الكبر ، ويعتذر بدل الجفاء . وهذه الأمور تتطلب مجاهدة النفس وقلع الحسد من القلب .

إن الروح والجسد مرتبطان ببعض ، ويؤثر كل منهما على الآخر ، وأمراض الحسد مضافاً إلى آثارها الروحية تؤثر على الجسد وتحرف صحة المصابين بها .

الآفات الطبية والنفسية للحسد :

- ١ - كثرة الشك .
- ٢ - زيادة الهم .
- ٣ - سرعة الغضب .
- ٤ - الإصابة بالأرق .
- ٥ - شيوع ظاهرة الخوف .
- ٦ - إضطرابات الجهاز الهضمي ، كالتهاب المعدة والقولون والإسهال والتقيء .
- ٧ - الإصابة بمرض السكر .
- ٨ - الإصابة بضغط الدم .
- ٩ - ضعف الأعصاب وارتعاش اليدين .
- ١٠ - بروز ظاهرة القلق .
- ١١ - التعرض للإصابة بالأمراض العضوية المختلفة .
- ١٢ - الإصابة باضطرابات في الجهاز التنفسي كالحساسية وضيق القصبات .
- ١٣ - إنعدام الشهية .
- ١٤ - التعرق الكثير .
- ١٥ - إزدیاد ضربات القلب .
- ١٦ - الإصابة بمرض الكآبة .
- ١٧ - الإصابة بمرض الأنا (الأنانية) .
- ١٨ - الإصابة بالهستيريا .

الآفات الاجتماعية للحسد :

- ١ - ضعف الرابطة العائلية .
- ٢ - ضعف الرابطة الاجتماعية .
- ٣ - النفرة من الناس والمجتمع .
- ٤ - طغيان روح البغضاء .
- ٥ - شيوع حالة الحقد .
- ٦ - الاستعداد لارتكاب الجرائم .
- ٧ - حب إشاعة التهم ضد الآخرين .
- ٨ - محاربة ذوي الثروة والمنصب .
- ٩ - الفرح والشماتة عند نزول المصائب على الآخرين .
- ١٠ - طغيان نزعة الشر .
- ١١ - محضر السوء .
- ١٢ - قصر العمر ، نتيجة الهم والقلق .
- ١٣ - ممارسة وتشجيع الغيبة .
- ١٤ - ضعف العقيدة الدينية .
- ١٥ - البخل وعدم القناعة .

الصحة العامة

قال الإمام علي عليه السلام :

«وَكَأَنِّي بِقَائِلِكُمْ يَقُولُ : إِذَا كَانَ هَذَا قُوتَ ابْنِ أَبِي طَالِبٍ ،
فَقَدْ قَعَدَ بِهِ الضَّعْفُ عَنْ قِتَالِ الْأَقْرَانِ وَمُنَازَلَةِ الشُّجْعَانِ! أَلَا وَإِنَّ الشَّجَرَةَ
الْبَرِّيَّةَ أَصْلَبُ عُوداً وَالرَّوَاعِيَ الْخَضِرَةَ أَرْقُ جُلُوداً وَالنَّابِتَاتِ الْعِذِيَّةَ أَقْوَى
وَقُوداً وَأَبْطَأُ خَمُوداً»^(١)

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٦ ص ٢٨٩ .

اثبتت الدراسات العلمية والبحوث الأكاديمية ، التي قامت بها المنظمات الدولية والأواسط الصحية ؛ بأن الصحة العامة والصحة الفردية تتطلب وجود أجواء صحية وبيئية وروحية خالية من الملوثات والأمراض العضوية والنفسية . الدراسات أكدت على ضرورة كون تلك الأجواء ذات هواء طلق ، نقي خالي من الغبار والأتربة وسائر الملوثات الأخرى ؛ ويحوي كمية كافية من الأوكسجين اللازم لفعالية البدن . ولا ننسى أن الأشجار والمزارع لها تأثير على كمية الأوكسجين المتواجد بالأجواء ، إضافة إلى الناحية الجمالية والبيئية ، وما لها من تأثيرات روحية ونفسية على الإنسان الذي يعيش تلك الأجواء الخضراء الجميلة .

إن توفر الغذاء الصحي المتوازن والخالي من الميكروبات مع محيط عائلي واجتماعي هادئ ومريح ، يجعل الأعصاب هادئة والنفس مطمئنة ، علماً بأن تلك الشروط والمتطلبات لا تتوفر في المدن المزدحمة الملوثة بأنواع واشكال الملوثات ، على العكس من الريف الذي يتمتع بتلك الأجواء والمؤهلات .

إن وجود الإنسان في أجواء الريف الطليقة يمنحه القوة والسلامة ، وهدوء الفكر والمزاج ، وقوة الأعصاب ، والقدرة على العمل والإنتاج ، ومقاومة التقلبات الجوية والأمراض المعدية ، والتعايش مع العوامل والمؤثرات الطبيعية ، لذلك نراه طويل العمر ، سليم البدن ، هادئ الطبع ، يتعامل بروح الأخوة والمسامحة . وبالعكس فإن الإنسان الذي يعيش أجواء المدن الغير صحية حيث التلوث والضوضاء ، والميكروبات ، وهموم الدنيا ، وحب المال . يصبح آلة محطمة منهكة الأعصاب ، ضعيفة البنية ، قليلة

الصمود والمقاومة ، أمام الميكروبات والعوامل النفسية . الإمام علي عليه السلام المؤيد من الله والرسول يشهد له التاريخ الإسلامي بقوة الروح والبنية ، وشدة المراس والشجاعة التي أنست من قبله وبعده ، ما صارع أحد إلا صرعه ، وما برز إليه شجاع إلا قتله ، بالرغم من بساطة طعامه وشرابه . كان قوي الإيمان ، زاهداً في دنياه ، يكتفي بالقليل من الطعام ، كما شهد له بذلك أعداؤه وأحباؤه .

الإمام في كلامه الجميل أراد أن يوضح لنا قاعدة صحية مهمة جداً في حياتنا الحاضرة والمستقبلية ؛ قاعدة تحفظ الحياة ، وتبعد الإنسان من شر الأمراض وهموم النفوس ، والعصبية والغضب ، لذلك شبه الإنسان الذي يعيش حياة الريف ، حيث الهواء النقي والحياة البسيطة الخالية من العقد والمشاكل بالشجرة البرية ، وهذا التشبيه هو كناية علمية رائعة لصلابة وقوة العود ، وطول العمر والصمود أمام التقلبات الجوية والبيئية ، أما الإنسان الذي يعيش في أجواء غير صحية ، مؤذية ، مؤلمة محفوفة بالمخاطر والمشاكل ، فإنه يعيش بالرغم من توفر الطعام والماء الكثير ، كالأشجار والروائع الخضراء ، التي لا تتحمل العواصف والرياح والجفاف والحرارة والبرد والثلوج والأمطار ؛ لكونها عاشت حياة النعيم والراحة ، ولم تعتاد أو تقاسي من تلك المؤثرات التي تكسبها القوة والمناعة والمقاومة . هذا التشبيه الواقعي هو من روائع الإمام في البلاغة والبيان والتعريف ، وهو يحاول تقريب القضايا العلمية والعملية إلى عقول الناس في ذلك العصر والعصر الحاضر ، حقيقة يتقبلها كل ذي عقل مفتوح وعين بصيرة .

والآن وقبل البحث عن عناصر ومتطلبات الأجواء الصحية السليمة ، التي يسعى إليها الإنسان لسد متطلباته الجسمانية والعقلية ، لا بد لنا من القاء

نظرة بسيطة على جهاز الدورة الدموية والرئة ، وكيف يعملان معاً لتزويد الخلايا والأنسجة والأعضاء بالأكسجين اللازم لإدامة الفعالية .

جهاز الدورة الدموية يقسم إلى أربعة أقسام :

- ١ - القلب : وهو الماكنة المحركة للدورة الدموية .
 - ٢ - الشرايين : وهي الأنابيب أو الأوعية الدموية التي يجري فيها الدم من القلب إلى الأنسجة والأعضاء .
 - ٣ - الأوردة : وهي الأنابيب الدموية التي تستقبل الدم من الأنسجة والأعضاء عن طريق الأوعية الشعرية وتجمعه ليرسل إلى القلب .
 - ٤ - الأوعية الشعرية : عبارة عن أنابيب دقيقة جداً وتعد بالمليارات ، وهي الواسطة بين الأنسجة والشرايين والأوردة .
- قلب الإنسان يعمل بانتظام طيلة حياته ، فيتقلص وينبسط ما يقارب (٧٢) مرة بالدقيقة الواحدة في الإنسان المتوسط العمر والجسم ؛ ويسيطر على القلب جهازان عصبيان :

الأول : العصب السمبثاوي المتفرع من الجهاز السمبثاوي ، للإسراع .

والثاني : العصب العاشر أو التائه ، للإبطاء .

الدورة الدموية تمثل جهاز المواصلات في الجسم ، حيث توصل إلى كل خلية فيه ما يحتاجه من مواد غذائية ؛ وتأخذ منه ما ينتج من رواسب ومواد محترقة ونفايات وثنائي أكسيد الكربون .

جسم الإنسان يأخذ غذاءه ومتطلباته من الخارج عن طريق جهاز الهضم والتنفس ، وتقوم الكريات الحمراء والبيضاء بوظيفة النقل والايصال . إن من خواص شرايين جسم الإنسان ، التمدد والتقلص وفقاً لفعالية

جسم الإنسان ومتطلبات جسمه الضرورية ؛ وكذلك تعرضه للحرارة والبرودة ، حيث أن الشرايين تتسع وتنقبض تلقائياً وفق ما يتطلبه الموقف ، للمحافظة على درجة الحرارة الطبيعية للجسم .

الأوعية الشعرية لا تختلف من تركيبها اختلافاً كبيراً ؛ لكنها تختلف في وظائفها حسب أماكن وجودها فالأوعية الشعرية في الرئتين تأخذ وتعطي وتتبادل الغازات (الأوكسجين وثنائي أوكسيد الكربون والنيثروجين) دون غيرها من سائر الأوعية الشعرية . أما الأوعية الشعرية في الكليتين ، فهي تصفي الرواسب والسموم والفضلات التي في الدم وتطرحها مع الماء بشكل بول فينزل إلى المثانة . الأوعية الشعرية في الغدد الصماء تزود الغدد بما تحتاج من مواد غذائية وأوكسجين .

هذا في الحالات العادية ، أما في حالة إصابة الأوعية الدموية بمرض تصلب الشرايين ، فإنه يشاهد على سطحها الداخلي نتوءات وارتفاعات صغيرة ، صلبة ؛ ناتجة عن تراكم مواد دهنية وكلسية تضيق مجرى الوعاء ، بحيث تصبح عائقاً للدورة الدموية فيه ؛ هذه التثؤات الكلسية تخرب الجدار وتؤدي إلى فقد مطاطيته (أي قابلية الانقباض والانبساط) ، وهكذا تصبح الشرايين المصابة متسعة أكثر من المعتاد ، لأنها فقدت مطاطيتها مما أدى بها إلى أن تطول . القلب يحاول التغلب على هذه المشكلة بزيادة ضخ الدم مما يؤدي أحياناً إلى انفجار الشرايين المتصلبة .

تصلب الشرايين قد يكون عاماً يشمل جميع شرايين الجسم ، أو يكون مقتصرأ على شرايين أجزاء من الجسم ، كالقلب والدماغ والرئتين . أما أسباب تصلب الشرايين فهي كثيرة : منها ميكانيكة كمرض إكتظاظ الدم ، وكيميائية كالكحول والنيكوتين وغذائية كأكل الشحوم بكثرة .

التنفس والرئة وحركتهما يعتبران الآلة المحركة الثانية للدورة الدموية بعد القلب ، كما أن التنفس الصحيح يزيد في تغذية القلب ويرفع طاقته بمقدار ٢٥٪.

التنفس ينقسم فسيولوجياً إلى دورين متعاقبين ، يعملان بصورة اوتوماتيكية . الدور الأول : حيث يدخل الهواء إلى الصدر ويسمى الشهيق ، والثاني : حيث يخرج الهواء من الصدر ويسمى الزفير . والشرط الصحي للشهيق يجب أن يتم عن طريق الأنف ، الذي يحتوي على الرطوبة اللازمة ومكيفات الهواء الخاصة بتعديل درجة حرارة الهواء المستنشق ؛ كي يصل الرئة وهو دافئ ومتلائم مع درجة حرارة الجسم .

اما إذا دخل الهواء عن طريق الفم ، فإنه غير صحي وغير ملائم ، لعدم وجود الوسائل اللازمة لتغيير درجة حرارته ، وعندها تصاب القصبات والأنسجة بصدمات وجفاف ، مما يؤدي إلى الالتهابات في اللوزتين والبلعوم والحنجرة والقصبات الهوائية .

التنفس الصحيح هو الذي يشترك فيه الصدر بكل تركيبه مع الحجاب الحاجز .

الفوائد الصحيحة للهواء النقي والتنفس الصحيح

- ١ - ينشط الدورة الدموية .
- ٢ - يفيد الرئة ويخلصها من المخلفات ، كثنائي أوكسيد الكربون وغيره .
- ٣ - يفيد الجهاز الهضمي حيث يتم الهضم بصورة أفضل ويتم التخلص من الإمساك .
- ٤ - يُفيد المثانة .

٥ - يفيد البواسير والدوالي ، لذلك يوصى بالتنفس العميق صباحاً .

كيفية التنفس الصحيح :

- ١ - لا تنسى مطلقاً تمارين التنفس .
- ٢ - لا تكتفي بالحد الأدنى من التنفس .
- ٣ - تنفس دائماً تنفساً صحيحاً .
- ٤ - لا تؤخر التنفس حتى تمتلأ رئتاك .
- ٥ - عليك أن تداوم بالتنفس لكي لا يتوقف نفسك .
- ٦ - تنفس دائماً بصورة كافية .
- ٧ - تنفس دائماً بواسطة الجهاز التنفسي .
- ٨ - إجعل من مبادئك التنفس من الأنف .
- ٩ - تنفس دائماً تنفساً عميقاً من الحجاب الحاجز .

التعرض إلى الهواء الطلق

يفيد التعرض لأشعة الشمس في تمدد وانكماش الأوعية الدموية خصوصاً الشعرية منها ؛ وبذلك تتغذى خلايا الجسم تغذية كافية ، ويتم طرد الغازات الضارة والرواسب الموجودة فيها ، وتزول الكدمات الاحتقانات الداخلية ، وتنشط الدورة الدموية في الجلد والأعضاء الداخلية ، وتزداد عملية الاحتراق الداخلية . أما أشعة الشمس التي تصل إلى الجلد ، فتثير جميع محتوياته ومكوناته من الخلايا الذاتية ، وخلايا الغدد والشعر ، وجدران الأوعية الدموية ، والخلايا والتفرعات العصبية ، والنسيج الرابط وتحت الجلد يستجيب لأشعة الشمس استجابة موضوعية وعمومية .

ولأشعة الشمس أهمية كبيرة، في معالجة كسور العظام والجروح والطفح الجلدي وقتل الميكروبات العالقة في الجلد. أما الهواء الطلق، وأشعة الشمس والرياضة، والصفاء الروحي، فتؤدي إلى قيام الجسم بفعاليته بصورة صحيحة ومنظمة، وبالتالي يتم طرد الفضلات على أحسن وجه من خلال:

- ١ - الجلد، عن طريق الغدد الدهنية والعرقية.
- ٢ - الأمعاء والكبد، من خلال البراز.
- ٣ - الكليتين، من خلال البول.
- ٤ - الرئتين، من خلال طرد الغازات السامة وبعض المواد الكيميائية الضارة.

وسائل تنقية الدم والحفاظ عليه^(١)

- ١ - الغذاء: تناول أغذية منظمة ومتوازنة، وتناول كميات معينة من العنب، والحمية من الأطعمة الثقيلة، كالدهينات والتوابل.
- ٢ - المعالجة بالمياه من خلال:
 - أ - الحمامات الباردة.
 - ب - الحمامات الحارة (السونا).
 - ج - الرياضة والتمارين الرياضية داخل الماء.
- ٣ - الهواء الطلق.
- ٤ - الاستقرار الروحي.
- ٥ - تناول بعض الأعشاب:

(١) بتصرف من كتاب: التداوي بلا دواء، للدكتور أمين رويحة.

الأعشاب وسيلة ناجحة في عملية تنقية الدم ، لأن تأثيرها يشمل كافة الأعضاء التي تفرز الرواسب .

الأعشاب إما أن تؤكل غضة على أن تكون طازجة ؛ وإما ان تجفف ويعمل منها مستحلب (شاي) يستخلص منه المواد الفعالة ويشرب ؛ أو أنها تعصر وهي غضة ويشرب عصيرها ، وطريقة أكل الأعشاب غضة هي الأفضل ، ولكنها غير متيسرة إلا موسمياً .

الأعشاب كثيراً ما تستعمل مختلطة بمجموعات متجانسة . إنتخاب الأعشاب الملائمة للأمراض وطريقة استعمالها وخلطها ، تعتمد على نوع المرض وحالة المريض ، مما يتطلب خبره خاصة ، وتجربة كافية ، وحسن تقدير .

الجرعة اليومية للعصير :

ملعقتان كبيرتان يومياً في الأسبوع الأول ، ثم تزداد الجرعة كل اسبوع أي : ثلاث ملاعق في الأسبوع الثاني ، وأربع ملاعق في الأسبوع الثالث ، ثم خمس ملاعق في الأسبوع الرابع ، علماً بأن عصير الأعشاب الطازجة لا يستعمل إلا بعد تخفيفه بمقدار خمسة إلى ثمانية أضعاف بالماء أو الحليب البارد أو الحساء ، لأن استعماله بصورة مركزة يؤدي إلى اضطرابات في المعدة وأحياناً التقيء .

أنواع العصيرات المستعملة :

١ - عصير أوراق البتولا البيضاء :

هذا العصير ينقي الدم ، ويدّر البول ، ويستعمل في معالجة الروماتيزم

والنقرس ، والأمراض الجلدية ، وطرّد بعض السوائل المتجمعة في الجسم .
٢ - عصير الجرجير :

هذا العصير محرض ومحرك للأمعاء والكبد والمرارة ، ويستعمل
لمعالجة كسل الأمعاء (الإمساك) وإحتقان الكبد والمرارة .
٣ - عصير الشوفان :

يستعمل في دور النقاهة بعد الشفاء من الأمراض ، وعلى الأخص
الأمراض التي يرافقها الحمى والصداع .
٤ - عصير الطرخشقون :

محرض لإفرازات المعدة والمرارة وغدد الأمعاء والإمساك .
٥ - عصير الأخیلیا ذات الألف ورقة :

هذا العصير منقي ممتاز للدم ، يساعد على الهضم ويزيل الانتفاخات
من الأمعاء وتشنجات الأمعاء ، ويساعد في تعديل ضغط الدم المرتفع .
٦ - عصير الفجل الأسود :

يفيد كمدرر للكلئى ويساعد على تفتيت حصيات الكلئى .
٧ - عصير الكلم الأخضر :

يفيد كمدرر للكلئى ويساعد على تفتيت حصيات الكلئى .
٨ - عصير الخضار :

يوصى باستعماله للأشخاص الذين لا تتحمل معدهم أكل الخضار
الطازجة ؛ وأكثر الخضار ملائمة للعصر وأغزرها عصيراً هي :

عصير الشونذر .

عصير الفاصولیا الخضراء .

عصير القراص .

عصير الخيام .

عصير الثوم .

عصير القرع .

عصير الكرفس .

عصير السبانخ .

عصير البندورة (الطماطم) .

عصير البصل .

ولاستعمال عصير الخضار لتنقية الدم ، يمزج ثلاث أنواع من مختلف الخضار التي تنتخب وفقاً لنوع المرض وحالة المريض العامة ؛ ويستمر تعاطيه لمدة (٦ - ٨) أسابيع . ويجب أن تعطى العصائر والأعشاب بعد تشخيص الأعراض المرضية الموجودة ، وحالة كل عضو في الجسم ، والأمر الثاني الذي لا بد من ملاحظته في هذا الصدد هو أن بعض الأعشاب لا يجوز غليها مطلقاً ، ويحضر مستحلبها بصب الماء المغلي فوقها .

الأعشاب التي تغلى ويستحضر منها مستحلب كثيرة ، نختار منها ما يعطى للأمراض التالية :

١ - مستحلب الكزبرة : يستعمل ضد تقلص الأمعاء ونفخ البطن .

٢ - مستحلب الوردية الحمراء : يستعمل ضد الكآبة .

٣ - مستحلب النعناع : ضد النفخ والسعال ومقشع للبلغم .

٤ - مستحلب الترخون : لفتح الشهية .

٥ - مستحلب الكرفس : للروماتيزم وآلام المفاصل .

٦ - مستحلب البرتقال : ضد الكآبة .

٧ - مستحلب الشبنت : لخفض نسبة الدهون في الدم .

٨ - مستحلب الليمون الحامض : لتخفيف الوزن وتذويب الشحوم .

الزواج والرضاعة

قال الإمام علي عليه السلام :

«إياكم وتزويج الحمقاء ، فَإِنَّ صحبتها بلاء وولدها ضياع»^(١) .
«أفضل الشفاعات أن تشفع بين إثنين في نكاح حتى يجمع الله بينهما»^(٢) .

«وأنظر في أي نصاب تضع ولدك فَإِنَّ العرق دساس»^(٣) .
«لا تسترضعوا الحمقاء ، فَإِنَّ اللبن يغلب الطباع»^(٤) .
«إنظروا من يرضع أولادكم ، فَإِنَّ الولد يشب عليه»^(٥) .
«ما من لبن يرضع به الصبي أعظم بركة عليه من لبن أمه»^(٦) .

(١) الكافي : ج ٥ ص ٣٥٤ .

(٢) وسائل الشيعة : ج ٢٠ ص ٤٥ .

(٣) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ١٢ ص ١١٧ .

(٤) الفقيه : ج ٣ ص ٣٠٧ .

(٥) الكافي : ج ٦ ص ٤٤ .

(٦) الكافي : ج ٦ ص ٤٠ .

قبل الشروع في بحث وتفصيل أقوال الإمام علي عليه السلام ، لا بد لنا من مدخل إلى الموضوع ، والمدخل هو الزواج .

الزواج فريضة الهية وسنة نبوية حسنة ؛ أمر الله بها لضرورات وأسباب بيولوجية ، واجتماعية ، ودينية ، قال الله تعالى : ﴿وَانكِحُوا الْأَيَامَىٰ مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ إِنْ يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُغْنِهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ﴾ (١) .

وقال الرسول ﷺ : «النكاح سُنِّي ، فمن رغب عن سُنِّي سُنِّي فليس مني» (٢) .

فوائد الزواج :

- ١ - حفظ النسل .
- ٢ - كسر الشهوة والتحصن من الشيطان .
- ٣ - الاستراحة الفكرية والعصبية .
- ٤ - تدبير المنزل وإقامة بناء العائلة .
- ٥ - كثرة العشيرة .
- ٦ - عدم الإصابة بالأمراض التناسلية والمعدية .
- ٧ - مجاهدة النفس للسعي للرزق والعمل .
- ٨ - زيادة الروابط الاجتماعية .
- ٩ - الرعاية أثناء الشدائد والمرض .
- ١٠ - السعادة والتطلع نحو المستقبل .

(١) سورة النور ، الآية : ٣٢ .

(٢) البخاري : ج ٧ ص ٢ .

ينصح بالزواج وفق المواصفات التالية :

- ١ - المرأة المسلمة المؤمنة .
- ٢ - المرأة الطاهرة المولد .
- ٣ - المرأة الحسنة الخلق .
- ٤ - المرأة الخالية من العيوب والنواقص والأمراض المستعصية .
- ٥ - المرأة الولود .
- ٦ - المرأة ذات الوجه الحسن .
- ٧ - المرأة ذات الأصل الكريم .
- ٨ - المرأة القليلة المهر .
- ٩ - أن تكون بكرأ .

ينصح بعدم الزواج في الحالات التالية :

- ١ - سوء الخلق .
- ٢ - الجنون .
- ٣ - الاقارب .
- ٤ - المصابة بشذوذات ولادية في الجهاز التناسلي .
- ٥ - المصابة بمرض صعب العلاج ، كالسرطان والصرع الشديد .
- ٦ - المصابة بمرض السكر الولادي .
- ٧ - المصابة بمرض الهيموفيليا (مرض عدم تخثر الدم) .
- ٨ - المصابة بمرض الثلاسيميا ميجور (مرض تكسر كريات الدم الحمراء الشديد) .

٩ - المصابة بالأمراض النفسية المستعصية .

١٠ - الزانية .

١١ - أبنة الزنى .

١٢ - الكافرات .

١٣ - المرتدة عن الدين .

١٤ - المحرمة بالرضاعة .

١٥ - المحرمة بالمصاهرة^(١) .

الامام علي عليه السلام في أقواله الحكيمة في هذا الفصل ، ربط ثلاث حلقات مهمة تخص الانسان المسلم خاصة وبقية البشر عامة ؛ حلقات ترتبط بحياته ارتباطاً مباشراً ، ولها تأثيرات نفسية واجتماعية تصاحبه طوال حياته ومسيرته ؛ فقد ربط بين ثلاثة محاور رئيسية :

١ - القضايا الدينية .

٢ - القضايا الاجتماعية .

٣ - علم الوراثة .

إن الزواج والمعاشرة والرضاعة وتربية الأطفال ؛ تتطلب في الإنسان التفكير السليم والحكيم ، والاحتياجات اللازمة ، والبحث الدقيق ، قبل الإقدام على الزواج أو الرضاعة وتربية الأطفال ؛ التي تضمن نشوء ونمو طفل سليم معافى من الأمراض ، والعقد النفسية ، والعاهات الجسمية .

الإمام علي عليه السلام الوصي لرسول رب العالمين وراعي المسلمين ، أراد منا أن نتخذ الإجراءات اللازمة في تلك الأمور الحساسة والمصيرية ؛ حتى

(١) الفقرة ١١ - ١٢ - ١٣ - ١٤ - ١٥ لا يجوز الزواج بهن شرعاً .

نحصل على أطفال وأجيال إسلامية سالمة وطاهرة من الناحيتين الروحية والجسدية . لذلك نرى الإمام يؤكد على عدم التزويج من النساء المصابات بالحمق والجنون وسوء الخلق ؛ لأن أمراض وسلوك الأم التربوي له تأثير كبير وعميق في سعادة وشقاء الأطفال . فالأب الذي يأمل بالحصول على ابن طاهر القلب شريف ، حسن السيرة ، لا بُدَّ له من التوقي وعدم الزواج من النساء البذيئات السيئات الخلق .

وقد أثبت أطباء الأمراض النفسية أن من بين الأطفال المصابين بتلك الأمراض ، يوجد ٢٦٪ منهم ممن ورثوها واكتسبوها من أمهاتهم ، أي أن تلك الأمراض والأعراض خاضعة لقانون الوراثة والتربية ؛ والجنين يتأثر بتلك الموروثات في بطن أمه أثناء فترة الحمل ، وأيام الرضاعة ، والطفولة ، والمراهقة وحتى إلى دور الكهولة .

إن الطفل في رحم أمه يعتبر جزءاً منها ، فكما أن الحالات الجسمانية للأم والمواد الغذائية تؤثر على الطفل ؛ كذلك أخلاق الأم تؤثر في روح الطفل وجسده كليهما ؛ وقد أثبت العلم الحديث بأن الطفل قد يتأثر أكثر من أمه بتلك الأخلاق ؛ فإذا أصيبت الأم في أيام الحمل بخوف ، أو مرض شديد ، فإن الأثر الذي تتركه تلك الحالات النفسية والمرضية على فكر وبدن الأم لا يتعدى بعض الأعراض النفسية البسيطة أو الأعراض الجسمية الطارئة التي تزول بالعلاج والمتابعة ؛ أما بالنسبة إلى الجنين فإن الأعراض قد تكون شديدة لها تأثيرات مستقبلية مؤذية . «وهكذا فإن هموم الأم وغمومها ، غضب الأم واضطرابها ، تشاؤم الأم وحقدها ، حسد الأم وأنانيتها ، خيانة الأم وجنائتها ، وبصورة موجزة جميع الصفات الرذيلة للأم ... كذلك إيمان الأم وإنسانيتها ، إطمئنان الأم وراحة بالها ، شجاعة الأم

وشهامتها ، وبصورة موجزة جميع الصفات الحميدة للأم .. جميع هذه الصفات خيرها وشرها تترك آثارها في الطفل وتبين أساس سعادة الجنين وشقائه»^(١).

وهذا الكلام مصداق لقول الرسول ﷺ : «الشقي من شقي في بطن أمه ، والسعيد من سعد في بطن أمه»^(٢).

لذلك يجب أن نلفت نظر الأم إلى أن الاضطرابات النفسية والعصبية توجه ضربات قاسية ومؤذية إلى خلايا الدماغ ؛ وبالتالي تحد من مواهب الجنين قبل وبعد الولادة ، إلى درجة أنها تحوله إلى موجود عصبي المزاج ، مضطرب الأعصاب ، لهذا تُنصح الأم أثناء الحمل بالابتعاد عن الأفكار المقلقة والهم والغم ، والأحتفاظ بدل ذلك بأجواء الهدوء والاستقرار والسعادة .

لمحة عن خلايا جسم الإنسان :

أن جسم الإنسان يتكون من مليارات الخلايا ، وهذه الخلايا توجد ضمن بحر داخلي من السوائل ؛ حيث تأخذ الخلايا الأوكسجين من هذا السائل ، وتطرح ضمنه فضلات التمثيل . هذا السائل يقسم إلى قسمين : سائل ما بين الخلايا ، وسائل الأوعية الدموية (البلازما) الذي يضم مكونات الدم خصوصاً كريات الدم الحمراء .

في جسم الإنسان البالغ يشكل البروتين ومتعلقاته ١٨٪ من وزن الجسم والمعادن ٧٪ والدهون ١٥٪ ويشكل الماء ٦٠٪.

(١) الطفل بين الوراثة والتربية - محمد تقي فلسفي : ج ١ ص ١٠٦ .

(٢) بحار الأنوار : ج ٣ ص ٤٤ .

كل مجموعة من الخلايا التي تقوم بعمل واحد تشكل نسيج ، ومن مجموعة الأنسجة ذات العمل الواحد يتشكل العضو ، ومن عدة أعضاء يتكون الجهاز ، ومن هذه الأجهزة يتكون جسم الإنسان .

الخلية تتكون من صندوق صغير يغلفه غشاء مضاعف ، ويملاً هذا الصندوق بمادة سائلة تسمى السيترولازم الذي تستقر فيه النواة التي يكمن فيها سر حياة الخلية ؛ حيث توجد فيها الصبغات الوراثية (الكروموسومات) التي تلعب دوراً كبيراً في الوراثة . تحتوي الخلية الواحدة على (٢٢) زوج من الصفات الجسمية ، وزوج من الصبغات الجنسية .

إن الصفات الوراثية تنتقل من الآباء إلى الأبناء والأحفاد ، خلال تلك الصبغات التي تحوي الجينات المسؤولة عن الصفات الوراثية للإنسان وقد اكتشف العلماء مؤخراً الخارطة الوراثية للإنسان ، والتي تضم أكثر من ثلاثين ألف جين .

ولبيان تأثير ومضاعفات الأسباب النفسية والعقلية على الأجنة والأطفال ، لابد من دراسة تلك الأسباب والتعرف على كيفية حدوث المرض النفسي ، كي نكون على بينة من تأثيرات الأمراض النفسية والعصبية ، التي تعاني منها الأم على سلوك واطباع ونفسية الجنين أثناء فترة الحمل وبعدها ؛ وبذلك تتوضح أمامنا الصورة العلمية ، والأعراض المرضية لتلك المسببات ، وفق الأبحاث التي قدمها أطباء علم النفس الحديث .

أسباب الأمراض النفسية والعقلية: (١)

أسباب المرض النفسي متعددة ومتشابكة: وفي الفرد الواحد تتعدد الأسباب، ونادراً ما يوجد سبب واحد للمرض الواحد، ويمكن تصنيف الأسباب إلى ثلاث مجموعات عامة هي:

١ - الأسباب الحياتية (البيولوجية).

٢ - الأسباب النفسية.

٣ - الأسباب الثقافية.

ولفهم كيفية حدوث المرض النفسي يجب أن نقسم العوامل المسببة إلى نوعين:

أ - العوامل التمهيديّة أو المساعدة.

ب - العوامل الحاسمة أو الترسيبية.

العوامل الممهدة هي التي تجعل الفرد عرضة للإصابة بمرض نفسي معين أكثر من مرض آخر؛ وقد تكون عوامل وراثية أو عضوية أو إجتماعية، فالحرمان العاطفي والجفاء الذي يتعرض له الطفل، قد تجعل منه غير متهيء في المستقبل لمواجهة مصائب الحياة الواقعية.

أما العوامل الحاسمة فهي تبلور أو ترسب المرض كحقيقة سريرية ملموسة، فهي اذن شذائذ مباشرة إذا توجهت إلى فرد مستعد فجرت فيه المرض النفسي وأظهرته؛ كفقد الأحبة؛ والمشاكل الزوجية، والأمراض الجسمية، والحوادث والهزات المالية.

إن العوامل التمهيديّة والترسيبية قد لا تنجح في احداث مرض نفسي

(١) بتصرف من كتاب: اصول الطب النفساني للدكتور فخري الدباغ.

في بعض الناس ؛ لأنه يتمكن من مواجهتها والتكيف أمامها والتغلب عليها ،
أي إنها إذا نجحت في فرد فقد لا تنجح في آخر .

١ - الاسباب الحياتية :

تلعب دوراً حيوياً في حدوث المرض النفسي ، وتشمل مجموعة من
العوامل الوراثية ، والتركيبية ، والمرضية ، وتعمل كل واحدة على حدة أو
تتشارك مع بعضها .

أ - العوامل الوراثية :

إن كل صفة بشرية ، ناتجة عن وراثـة تشكيلات خاصة من الجينات ،
بالإضافة إلى مفعول القوى المحيطية . وتعتبر الصفة الوراثية نقية ووحيدة
المفعول عندما تعتمد كلياً على تشكيلة الجينات الوراثية ؛ كلون العينين
والطول ولون البشرة ... الخ . أما إذا كانت الصفة نتيجة جينات مضافاً إليها
ظروفاً محيطية ، فتكون غير وراثية خالصة ، بل ويطلق عليها ولادية ، بمعنى
أن عوامل في داخل الرحم قد حورت من الطاقة الوراثية ، فنتجت عنها
صفات أخرى مزيجية من الوراثة الخالصة والمحيط .

وفي الدراسات الحديثة لأشكال واعداد الكروموسومات ، تكشفـت
حقائق جديدة عن دور الوراثة من المرض العقلي والسلوك البشري ، فقد
وجد كروموسوم جنسي ذكري (Y) إضافة إلى العدد الطبيعي في الذكور
السيكوباتيين الإعتدائيين . كما وجد أن نسبة كبيرة من المرضى الذهانيين
يحملون كروموسوم جنسي أنثوي (X) إضافي على العدد الطبيعي في
الذكور والإناث على السواء .

إن وجود أدلة قوية على العوامل الوراثية في أمراض الفصام والكآبة والهوس الدوري والصرع لا يعني كونها وراثية صرفة ؛ بل إن الإستعداد الوراثي في حاملي الجينات المذكورة ، يجعلهم أكثر إستعداداً للأصابة بالمرض في حالة توفر ظروف طارئة أخرى .

ب - العوامل التكوينية :

ونعني بالتكوين مجموعة الصفات الحياتية للشخص والنتيجة عن تلاحم وتجمع عوامل متفرقة من الكروموسومات والجينات الوراثية ؛ وظروف العمل ، ونوعية البيئة ، والجسم والبنية ، والطباع ، والجهاز الهرموني ، وكل نواحي فلسجة الجسم .

البيئة لها علاقة بالسلوك . أما الطبع فهو محور الشخصية ، وهو الذي يقرر طبيعة الاستجابة العاطفية للإنسان بالنسبة للمحيط والحوافز فالطبع الحساس السريع الإثارة مثلاً يحدد طاقة الفرد على تحمل الشدائد ؛ ويسرع في إظهار الاضطراب العصبي .

أما الجهاز الهرموني والفلسجي العام للجسم ، فإنه ذو صلة وثيقة بعمل الجهاز العصبي ، وصحة الجسم ونموه ، وذو تأثير حيوي على الطباع .

العوامل الوراثية إذن هي محصلة التشكيلات في الجينات والكروموسومات فقط . اما العوامل التركيبية ، فهي محصلة العوامل الوراثية + الرّجيمية + المحيطية + العضوية .

ج - العوامل المرضية :

ونعني بها الإصابة بأمراض عضوية ، تغير من تركيب الجسم ومن توازن أجهزته ومن انتظام الجهاز العصبي ، ولذلك يحدث اضطراب عقلي يصل إلى حد الذهان أو الخرف . ومن الأمراض المهمة التي تؤثر في عقلية وسلوك الإنسان : الأذى والصدمات على الرأس ، التهابات السحايا ، التهابات أنسجة المخ ، الحمى العالية ، أمراض القلب ، سوء التغذية والأمراض المزمنة .

٢ - الأسباب النفسية :

تعمل الأسباب النفسية بعدة طرق ، وقلما يحدث اضطراب نتيجة عامل نفسي واحد . وتاريخ حياة كل شخص مليء بالحوادث والتجارب النفسية التي تكوّن شخصيته . بناء الشخصية بدوره يقرر درجة ونوعية المرض العقلي ، حتى وإن كانت العوامل الحياتية والثقافية متشابهة . ومحور حياة الإنسان هو علاقاته الشخصية منذ ولادته وحتى الشيخوخة ، ففي دور الرضاعة وأوائل الطفولة نجد عوامل الرضاعة والأمومة والحنان ؛ ثم تتبعها الظروف العائلية وعلاقة الطفل بوالديه وعلاقة الوالدين ببعضهما ؛ فقد تكون علاقتهما مشوبة بالنفور أو الإتكال أو العداوة أو التمرد . وفي مراحل الطفولة ، تتدخل عوامل المدرسة ، ونوعية المدرسين ، والتكيف الاجتماعي والاخلاقي ، وعلاقة الطفل بزملاء الآخرين ، وكذلك أنواع الأمراض الجسمية التي يتعرض لها . في دور الشباب تظهر عوامل النضج الجنسي والتقلبات العاطفية ، والميول الجنسية المختلفة ، وعلاقة المراهق بالأسرة والسلطة والمجتمع .

٣ - الأسباب الثقافية :

يتدخل المحيط الثقافي في عملية نضج وبناء واتجاه الشخصية الإنسانية ، والعوامل الثقافية (التي تشمل العادات والتقاليد والطقوس والأعتبارات والمعايير التاريخية والتراثية والشعبية) لها تأثير غير مباشر على حدوث المرض العقلي ، وفي حالات خاصة وشديدة قد تكون هي السبب المباشر . صحيح أنه لا يوجد مرض خاص لكل مجموعة بشرية ذات ثقافة واحدة ، وأن أغلب الأمراض العقلية موجودة في كل الثقافات .

أما كيفية تأثير الثقافة في صياغة الشخصية ومن ثم في التمهيد إلى المرض ؛ أو إحداث المرض العقلي ، فتم بالوسائل التالية :

١ - كيفية تربية الأطفال : من تغذية ، ونظافة ، والتعبير العاطفي ، والحرية الجنسية ، والإعداد للحياة العامة ، والزواج ، وعلاقة الطفل بالكبار ، وكيف يجب أن تكون ، ونوعية العاطفة السائدة في المجتمع ، هل هي صارمة ، جامدة ، مرحة ، متسامحة ، طيبة ، صعبة ، رسمية ، قاسية ، إعتدائية ، صاخبة ، هادئة ... الخ .

٢ - القيم والمثل السائدة :

القيم والمثل العليا في ثقافة ما تتدخل في تكوين الأنا الأعلى للإنسان أي في الأشياء السامية التي يقيس بها سلوكه الطبيعي .

٣ - الظروف الصناعية والاقتصادية ، خاصة في الدول المتقدمة تؤثر

كعامل اجتماعي - ثقافي في الصحة النفسية للإنسان المعاصر ؛ نذكر منها ظروف العمل والسكن والهجرة ، والحاجات الأساسية ، ومن ضمنها التحولات السريعة في حالات الحرب والأوبئة ، والكوارث الطبيعية ، كالفيضانات والزلازل .

الشيخوخة

قال الإمام علي عليه السلام :

«من بلغ السبعين اشتكى من غير علة»^(١).

«فَهَلْ يَتَنَظَّرُ أَهْلُ بَضَاضَةِ الشَّبَابِ إِلَّا حَوَائِي الْهَرَمِ ، وَأَهْلُ غَضَارَةِ
الصَّحَةِ إِلَّا نَوَازِلَ السَّقَمِ ، وَأَهْلُ مُدَّةِ الْبَقَاءِ إِلَّا آوِنَةَ الْفَنَاءِ مَعَ قُرْبِ
الزِّيَالِ وَأُزُوفِ الْإِنْتِقَالِ»^(٢).

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٢٠ ص ٣٢٤ .

(٢) المصدر السابق : ج ٦ ص ٢٦٠ .

كلمة طبية خالدة ، وحكمة علوية جليلة رافدة ، لطبيب الأطباء ،
وحكيم الأوصياء ، أبي الحسن علي عليه السلام . كلمة جمع فيها الأعراض والآلام
والمعاناة التي يلاقيها الإنسان عند بلوغه سن السبعين .

هذه الحقيقة الطبية الناصعة ، يعتبرها علماء الطب إحدى ركائز الطب
الإجتماعي الحديث ، الذي أولى تلك الشريحة الإجتماعية الدراسة
والاهتمام اللازم . الإنسان عندما يبلغ هذه السن يشتكي من أمراض
وأعراض وظواهر ليست موجودة حينما نقوم بفحصه سريرياً ومختبرياً ؛
لأن ما يعانيه هو شعور متزايد بالضعف ، وعدم القدرة على إنجاز الأعمال
التي كان يقوم بها أيام شبابه ، هذا الشعور يزداد كلما تقدم العمر ومرت
السنين . وفي الواقع أن تلك الأعراض ما هي إلا نتيجة ضعف وضمور
واستهلاك الخلايا والأنسجة المختلفة للإنسان . وهذا يعني عدم وجود علة
عضوية قائمة بذاتها ، وإنما أعراض وجدت وتبلورت من خلال تقدم
العمر ، والمعاناة اليومية العضوية والنفسية .

الإمام عليه السلام الذي أدرك تلك الحقيقة ، صاغ لنا الحالة والأعراض
بكلمات رائعة أغنت علم الطب القديم والحديث ، وجعلت الأطباء على
بينة من واقع تلك الطبقة الإجتماعية .

فالفرد المسن مثله كمثل سيارة قديمة تستطيع السير في الشوارع ؛
لكنها لا تستطيع مجارات السيارات الحديثة . لذلك يجب على كبار السن
أن يتقبلوا هذا الواقع ، لأن الحياة بالنسبة إليهم صارت تختلف عما كانت
عليه أيام الشباب .

ما هي الشيخوخة :

تعتبر الشيخوخة مرحلة مهمة من مراحل العمر، إذ تتصارع فيها الأفكار، والذكريات الجميلة، وحوادث العمر الهامة، مرحلة حساسة بالنسبة للأفراد رجالاً كانوا أم نساءً، إذ يشعرون فيها بالإحباط، وقلة العزم، وضعف القدرة على إنجاز الأعمال، وأحياناً الخوف من المستقبل الذي يقرّ بهم إلى العجز والموت.

مرحلة يتحسس فيها الفرد ويتخوف من أبسط الحوادث الاجتماعية والمالية والصحية على الخصوص؛ فكل عارض طارئ ولو كان بسيطاً، يجعل الفرد يحسب له ألف حساب وقد يقعه عن العمل أو النوم. لذلك تتطلب هذه المرحلة العناية الخاصة المركزة للأفراد الذين تجاوزوا سن الستين؛ لأن أي حادث نفسي أو عضوي قد يجلب له المشاكل الكثيرة التي قد تؤدي بأحدهم إلى الموت، لذا يجب أن تكون العناية نفسية قبل كل شيء، لأن الشيخوخة بحد ذاتها عامل نفسي مهم ومؤثر على شخصية الفرد؛ وإذا لم تعطى لها الأهمية اللازمة فقد يصاب بأمراض عضوية عديدة، خصوصاً وأن الأرضية مهياة لها لتقبل الأصابة بالأمراض، بسبب ضعف المقاومة البدنية، واستهلاك وتعب الخلايا العضوية والهرمونات؛ فإصابة الشخص بنزلة صدرية يمكن أن تتضاعف إلى الأصابة بمرض ذات الرئة، وما يرافقه من عجز في القلب، وضعف عام لدى الأفراد المسنين. فلا عجب أن نرى بعض الأفراد الذين تجاوزوا الستين يشكون من آلام عديدة وأعراض جديدة لم تكن لديهم في السابق؛ وعندما تشرح لهم الأسباب وتطمئنهم بأن هذه الحالات هي نتيجة معانات السنين الماضية،

يصابون بالعجب والحيرة، وعدم التصديق في بعض الأحيان، أو إنهم يخافون من تلك الأعراض ويعتبرونها مقدمة للأصابة بالسرطانات والموت المحقق؛ وهذا يتطلب من الطبيب المعالج أن يزرع لديهم الثقة والأمل بالمستقبل، وأن ينزع عنهم كابوس الخوف الذي يظللهم دائماً، ويشدد الخناق عليهم عند ظهور مرض أو أعراض تدل على الشيخوخة.

لتلك الأسباب: يؤكد علماء النفس على أهمية هذه المرحلة الحساسة في حياة أولئك الأشخاص المسنين، الذين يأخذون كل كلمة على محمل الجد، فكل كلمة قد تجرح عواطفهم، لأن المعانات التي يكابدونها دليل على صدق ما يفكرون ويشعرون به.

أعراض الشيخوخة تحدث غالباً بين سن (٦٥ - ٧٠)، وقد اكدت الدراسات التي قام بها الأطباء والباحثون على أن الشيخوخة لا تهاجم الأشخاص وتصيب كافة أعضاء بدنهم بصورة متساوية وفي وقت واحد، فبينما نرى شخصاً في سن الشباب مصاباً بمرض قلبي؛ نرى شخصاً آخر إستولت عليه أعراض الشيخوخة وبقي قلبه سليماً من المرض؛ وهذا ما يسمى بظاهرة الاستعداد للإصابة بمرض معين، فقد وجد العلماء بأن لكل مرض جين معين، وان كل إنسان عنده علامة خاصة في ذلك الجين، تؤهله للإصابة بمرض خاص. فقد تجد إنساناً هادئ الطبع غير مفرط بالطعام، ومع ذلك فإنه مصاب بمرض السكر، وعلى العكس هنالك أفراد مشاكسون ومفرطون في الطعام خصوصاً السكريات؛ ولكنهم لا يعرفون مرض السكر. كما لاحظ العلماء بأن كثيراً من الناس يسرعون الخطى نحو الشيخوخة جراء الإصابة بالأمراض العضوية والنفسية؛ أو نتيجة أغلاط ومشاكل إجتماعية ومالية يرتكبونها بأنفسهم.

سبب الشيخوخة :

الكبر هو عملية فيزيولوجية عامة لم تفهم حتى الآن بشكل واضح ، تؤثر هذه العملية على الخلايا والأجهزة المؤلفة من تلك الخلايا إضافة لغيرها من المكونات النسيجية مثل الكولاجين ، وقد وضعت عدة نظريات لتفسير ظاهرة الشيخوخة التي تتوقف فيها الخلايا الطبيعية عن الانقسام وتموت بالنهاية بشكل يرجح إنه خاضع لسيطرة الجينات ، بينما تستمر الخلايا السرطانية بالانقسام متهربة ظاهريا من الشيخوخة . تقول إحدى النظريات أن الأنسجة تُهدم كنتيجة للطفرات العشوائية في (DNA) الخلايا الجسمية وما ينجم عن ذلك من إدخال شذوذات تراكمية .

نظرية أخرى تقول ان الشذوذات التراكمية تنجم عن إزدیاد الارتباط المتصالب للكولاجين والبروتينات الأخرى وذلك كنتيجة نهائية محتملة للاتحاد غير المنظم للغوكوز مع المجموعات الأمينية في تلك الجزئيات .

نظرية ثالثة ترى أن الشيخوخة هي نتيجة تراكمية لتخريب النسيج عن طريق الجذور الحرة المتشكلة ضمن هذا النسيج .

نظرية أخرى تقول إن السبب هو الهرمونات ، ولكن في الوقت الحاضر وبالرغم من البحث المستمر فإن آليات الشيخوخة لا تزال مجهولة .

أعراض الشيخوخة^(١) :

- ١ - أعراض الجلد : يذبل الجلد في الشيخوخة ويتغضن ، خصوصاً الوجه والرقبة والأطراف ، كما يصبح جافاً متجعداً وقليل المطاطية وقد يفرز القشور .
- ٢ - أعراض الشعر : ينقلب لون الشعر الطبيعي ويصبح رمادياً ، ثم يشيب أو يتساقط تدريجياً ويصبح الإنسان أصلعاً .
- ٣ - أعراض القامة والحركات المعبرة : يقل انتصاب القامة لانحناء العمود الفقري تدريجياً ؛ وتتبدل الحركات المعبرة في الوجه واليدين وتصبح ثقيلة متراخية .
- ٤ - أعراض السمع والبصر : تضعف قوة البصر ومداه وتتضاءل قوة السمع .
- ٥ - أعراض البطانة الدهنية تحت الجلد : في سن الشيخوخة يرتخي الالتصاق بين البطانة والأنسجة التي تحتها ، وأكثر ما يظهر هذا واضحاً في الوجه والأطراف .
- ٦ - أعراض الرئة : تضعف قابلية الرئة وتنقص قدرة استيعابها للشهيق .
- ٧ - أعراض القلب والوعية الدموية : تنقص وتتضاءل مطاطية الأوعية الدموية وتتصلب جدرانها ، نتيجة تراكم الرواسب الدهنية وغيرها على جدارها الداخلي ، وهذا ما يسمى بتصلب الشرايين .

(١) بتصرف من كتاب شباب في الشيخوخة للدكتور أمين رويحة.

٨ - أعراض الجهاز الهضمي : يضطرب الجهاز الهضمي وتضعف حركة الأمعاء فتؤدي إما إلى الإسهال أو الإمساك ، وأحياناً تنبعث روائح كريهة من الفم .

٩ - الأعراض الجنسية : تتضاءل أو تنعدم القدرة على مزاولة الأعمال الجنسية والرغبة فيها .

١٠ - أعراض جسمانية عامة : يعتري الجسم ضعف عام وإنهاك في القوى .

١١ - أعراض التهاب المفاصل : حيث تبدأ الأوجاع في المفاصل الصغيرة ثم الكبيرة والعمود الفقري ؛ وأحياناً تقعد الشخص عن مزاولة أعماله العادية .

١٢ - ضعف الذاكرة والقدرة على التفكير .

١٣ - ضمور المخ وخلاياه والإصابة أحياناً بمرض الرعشة (باركنسونزم) أو مرض التليف العام .

١٤ - الأمراض العقلية التي يصاب بها كبار السن :

أ - العصاب .

ب - الاضطرابات الوجدانية :

الكآبة .

الهوس الدوري .

ج - ذهان الشيخوخة .

د - خرف الشيخوخة .

هـ - الخرف المبكر .

١٥ - العينين : قصر البصر ، عتمة العدسة ، تناقص تحمل الضوء .

١٦ - الأذنين : تناقص القدرة على سماع الأصوات ذات التواتر العالي .

١٧ - الأنف : نقص حس الشم .

١٨ - الجهاز البولي التناسلي : ضمور وجفاف الغشاء المخاطي المهبلي ، تباطؤ الاستجابة الجنسية ، زيادة حجم البروستات ، نقص في الجريان الدموي الكلوي . تناقص في قدرة المثانة .

١٩ - الغدد الصماء : عدم تحمل الكلوكوز ، تناقص إفراز الأستروجين ، نقص في تفعيل فيتامين D.

٢٠ - جهاز المناعة : غياب الإفراز الهرموني لغدة التيموس ، تناقص في إنتاج الأضداد .

٢١ - عموميات : تناقص في إجمالي ماء الجسم ، تناقص في كتلة الجسم ، زيادة النسبة المئوية لدسم الجسم ، تناقص الطول والوزن .

٢٢ - أعراض نفسية :

إعتاد الناس أن ينظروا إلى المسنين نظرة تخلق عندهم عقداً نفسية ، وتفقدتهم الثقة بالنفس ، حتى يعتقد المسن بأنه أصبح إنساناً عاطلاً في مجتمعه الدائم الحركة ، لا شيء إلا لكون ذاكرته قد ضعفت وخارت قواه وأصبح لا يستطيع القيام بالأعمال العادية أو المهمة ، وهذا اعتقاد خاطئ يجب على كل مسن مكافحته والتغلب عليه ، إذ يستطيع الإنسان أن يعمل وينتج وهو في سن (٨٠ - ٩٠) سنة .

إن من نتائج تعامل الناس مع المسنين بهذه الطريقة نشوء عقد نفسية عديدة منها :

أ - الاعتقاد بأن كل ما كان في السابق هو أفضل مما هو عليه في

الوقت الحاضر .

ب - الاعتقاد بأنه بلغ النهاية ، حيث لا يأتيه الغد أو المستقبل بشيء جديد في حياته الحاضرة والمستقبلية .

ج - عدم الصبر والتفهم في موقفه من الأصدقاء والعائلة والجيران .

د - تكرار روايات وقصص وحوادث معينة .

هـ - العادة في الشكوى من الناس وتصرفاتهم السيئة .

و - لفت الانتباه إلى المشاكل والمصاعب التي تغلب عليها أيام الشباب ، لإبراز تفوقه على الآخرين .

ز - الامتناع عن مساعدة الأقارب والأصدقاء والجيران ، لأنهم لم يساعدوه أيام الشباب .

ح - التصلب في الرأي وادعاء الصواب دائماً وضيق الخلق ، والعزلة عن الناس .

ط - التوتر في العلاقات بين الشيوخ والشباب ، لأن الشيوخ يحكمون دائماً على الشباب بالتهور وعدم الأتزان ونقص التجارب .

علاج أعراض الشيخوخة :

١ - الغذاء الجيد والنظام الغذائي الصحيح عامل أساسي في إطالة العمر وعدم ظهور الأعراض .

الغذاء المثالي للشيوخ يومياً :

٣٠ - ٦٠ غم مواد دهنية .

١٠٠ - ١٢٥ غم مواد زلالية .

٣٠٠ غم مواد نشوية .

فواكه مختلفة .

عسل .

أملاح .

فيتامينات متنوعة .

هذا الغذاء الذي يحوي تلك العناصر يعطي بدن المسن ما يعادل (٢٠٠٠ - ٢٥٠٠) وحدة حرارية ، ومن المهم أن تكون أصناف الطعام ملائمة وموافقة للذوق الشخصي لكبار السن ؛ كي يتناولونها بشوق ورغبة .

وقد دلت الفحوصات على أن معدل استهلاك المواد الزلالية عند الشيوخ أكثر من غيرهم ، كما وأن الإكثار من الفيتامينات في هذه المرحلة يقي الإنسان من الانحطاط الشيخوخي في جميع أعضائه وأنسجته بصورة ايجابية ؛ خصوصاً وقد لوحظ بأن بعض الفيتامينات تشفي بعض أمراض الشيخوخة .

وهناك مسألة مهمة وهي أن بعض الأملاح يجب توفرها في غذاء كبار السن ، كأملاح الكالسيوم والبوتاسيوم والصوديوم والمنغنيز والفسفور والنحاس والكلور والمنغنيسيوم الذي ثبت أن عدم تناوله يؤدي إلى سرعة الاصابة بتصلب الشرايين والسرطان .

٢ - الرياضة والأعمال الجسمانية :

لا تقل أهمية ممارسة الرياضة أو الأعمال الجسمانية المنظمة والمستمرة للاحتفاظ في سن الشيخوخة بالقوة والفعالية عن أهمية الغذاء ؛ وقد أثبت الفحص والبحث الطبي أن ممارسة الرياضة في السنين المتقدمة تعادل حالته الصحية حالة من هو أقل منه بعشر سنوات ممن لا يمارسون الرياضة .

٣ - النظافة والإناقة :

لها أثر كبير في روحية المسن وتكسبه الجاذبية ، وتجعله في حالة نفسية ممتازة ، وتحبب الناس اليه .

٤ - التناوب بين العمل والراحة :

يجب أن يكون العمل معتدل ويتناسب مع قابلية الشخص وخواصه الشخصية .

٥ - النوم : يحتاج كبار السن إلى النوم الهادئ والكافي ، لأن الأرق يؤثر على أفكار وسلامة المسن ، ويجعله معرض للإصابة بالقلق .

٦ - مكافحة الأمراض :

وهي من الضروريات القصوى والسريعة ، لأن مقاومة كبار السن ضعيفة مما يجعله عرضة للمضاعفات عند الإصابة ولو بمرض بسيط .

٧ - المشروبات الكحولية والتدخين :

المشروبات الكحولية والتدخين تؤثر على سلامة الإنسان وتهيء الأرضية لإصابته بمختلف الأمراض ، فكيف بكبار السن الذين يعانون من الضعف العام العصبي والعضوي .

أضرار التدخين على الجسم :

أثبت العلماء في جميع أنحاء العالم أن التدخين يؤثر على جميع خلايا وأعضاء وحواس جسم الإنسان ؛ ويؤدي إلى أضرار وأمراض عديدة أثبتتها العلماء بإحصائيات مؤكدة ومكررة منها :

١ - أضرار على الجهاز العصبي .

٢ - أضرار على الحواس الخمسة .

- ٣ - أضرار على جهاز الدورة الدموية .
- ٤ - أضرار على جهاز التنفس .
- ٥ - أضرار على جهاز الهضم .
- ٦ - أضرار على الغدد الصماء .
- ٧ - أضرار على الجهاز البولي .
- ٨ - أضرار على العضلات .
- ٩ - أضرار على الجلد .
- ١٠ - أضرار نفسية .
- ١١ - أضرار على الحمل .
- ١٢ - أضرار مادية .
- ١٣ - أضرار على اللثة والأسنان .
- ١٤ - إنبعاث روائح كريهة من الفم .

الأمراض الشائعة في سن الشيخوخة :

- ١ - التهابات الجهاز التنفسي .
- ٢ - مرض تصلب الشرايين .
- ٣ - أمراض العيون كتيبس عدسة العين وارتفاع ضغط العين .
- ٤ - الإصابة بارتفاع ضغط الدم .
- ٥ - الإصابة بضعف العظام .
- ٦ - تضخم البروستات .
- ٧ - الإصابة بأنواع السرطانات .
- ٨ - الإصابة بالأمراض النفسية .

- ٩ - الإصابة بمرض السمينة ومضاعفاتها .
 - ١٠ - التعرض للإصابة إما بالإسهال أو الإمساك المزمن .
 - ١١ - الإصابة بداء السكر .
 - ١٢ - الإصابة بالجلطة القلبية والدماغية .
 - ١٣ - الإدمان على التدخين والقهوة والكحول والمخدرات أحياناً .
 - ١٤ - الإصابة بالعنة عند الرجال .
 - ١٥ - ظهور أعراض سن اليأس عند النساء :
- تظهر هذه الأعراض بعد انقطاع الطمث عند النساء ، والأعراض الطبية عبارة عن إحمراز البدن ، والتعرق الكثير ، والصداع والحساسية الجلدية ، أما الأعراض النفسية وهي المهمة فأهمها الاكتئاب الذي يحدث نتيجة ترافق حالة سن اليأس مع اضطرابات نفسية واجتماعية وعائلية ، فقد تتعرض المرأة خلال هذه الفترة إلى شذائد نفسية كالوحدة والفراق ، ويلاحظ أن شخصية المصاب قبل المرض تكون من النوع المتحفظ ، المتزمت ، الحصري ، الوسواسي ، الأصولي ، الحساس .

أعراض سن اليأس :

أ - الكآبة .

ب - عدم ارتياح وزيادة في التوتر والحركة .

ج - تظهر على المرأة علائم القلق والخوف العام .

د - يكون شعورها بالإثم واضحاً مع ميل إلى انتحار جدي وسريع .

هـ - يتتاب المصابة أرق ليلي .

و - تستولي على المرأة أوهام العلل البدنية .

ز - تزداد أعراض اختلال الآنية فيشعر المريض بأن الشوارع ضيقة ، والدنيا معتمة ، أو أن حجمة يتضاءل أو يكبر .

القرآن الكريم تطرق إلى الشيخوخة في آيتين الأولى : ﴿وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَى أَرْدَلِ الْعُمَرِ لَكَيْلَا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا﴾^(١) .

والثانية : ﴿وَمَنْ نُعَمِّرْهُ نُنَكِّسْهُ فِي الْخَلْقِ أَفَلَا يَعْقِلُونَ﴾^(٢) .

الآيتان تعرضان لنا الإنسان في صورتين متباينتين وهو في سن الشيخوخة .

الصورة الأولى : تشير إلى أن الإنسان المدرك ، الذكي ، الفاهم الذي يعمل الأشياء بدقة وانتظام عندما يبلغ أواخر عمره وتضمحل خلاياه العصبية يصبح غير قادر على التركيز والحفظ ؛ كثير النسيان وقد يصاب بالخرف أحياناً ، حيثئذ يتصرف كما يتصرف الأطفال لأنه لا يشعر بخطأ أعماله بالرغم من ظاهره السليم وقامته المنتصبة التي لا تبدو عليها علامات التعب والإعياء والانهدام .

الصورة الثانية : تعرض لنا الإنسان وهو مثقل الأرجل ، محني القامة ، ترتجف يده بلا إرادة ، ويصعب عليه السير من دون معونة ، مبيض الشعر متجعد البشرة ، لكنه مع تلك الآثار والأعراض والمضاعفات سليم العقل ، قوي الإرادة ، يقرأ ويكتب ، ويناقش ويفكر ، ويحفظ ما قرأه ، وقد يكون مشغولاً في كتابة الكتب والمقالات بالرغم من كبر سنه وتقوس ظهره . وأخيراً وبعد استعراض مشاكل الشيخوخة تتجلى أمامنا عبقرية وعظمة الإمام علي عليه السلام حين قال : من بلغ السبعين اشتكى من غير علة .

(١) سورة الحج ، الآية : ٥ .

(٢) سورة يس ، الآية : ٦٨ .

9. *Inc. in 1980*

Figure 1. Schematic diagram of the experimental setup.

معجزات ربانية

قال الإمام علي عليه السلام :
«إِعْجَبُوا لِهَذَا الْإِنْسَانِ ، يَنْظُرُ بِشَحْمٍ ، وَيَتَكَلَّمُ بِلَحْمٍ ،
وَيَسْمَعُ بِعَظْمٍ ، وَيَتَنَفَّسُ مِنْ خَزَمٍ»^(١)

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ١٠٣ .

لقد نطق الإمام بتلك الكلمات الخالدة وهو يبين لنا عظمة الخالق الذي خلق الإنسان من سلالة من طين ؛ وصوره فأحسن صورته ، وجعل كل خلية وعضو من أعضائه معجزة ربانية باقية بقاء الكون ، تدل على قدرته وبديع صنعه .

الإمام عليه السلام صرح بهذه المعجزات العلمية قبل مئات السنين ، حيث لا وسائل علمية حديثة ولا مختبرات متطورة ولا علم للتشريح العصري ؛ ولم يكفي الإمام بذلك بل شرح تركيب وعمل تلك الأعضاء الحساسة التي يجهلها أغلب الناس .

إن القدرة الإلهية تتجلى بوضوح عندما نتعرف على دقة التكوين في تلك الأعضاء الحياتية للإنسان (كالعين واللسان والأذن والأنف) ؛ فتلك الأعضاء بالرغم من صغرها وظرافة ودقة تركيبها ، تبهر العقل وتجعل الإنسان العاقل يقف بإجلال وخشوع للرب الكريم على النعم والعطايا التي توجب الشكر والطاعة والإيمان .

إن كشف هذه الحقائق خلال تلك الفترة من التاريخ هي بلا ريب معجزة علمية ، تؤكد بلا شك بأن علوم الإمام علي عليه السلام هي علوم الهية أخذها من حبيبه رسول الله صلى الله عليه وآله ؛ وإلا كيف عرف الإمام أن كرة العين عبارة عن قطعة شحمية صغيرة ، وأن السمع يعتمد على ثلاث عظام صغيرة جداً داخل الأذن الوسطى ، وأن ثقب الأنف الذي هو طريق التنفس الصحيح لا تتجاوز فتحته ستمتر مربع يؤدي إلى غشاء مخاطي شفاف يعمل كأعظم مكثف هوائي بالرغم من صغره ودقته وديمومته وثبات درجة حرارته .

حقاً إن تلك الأعضاء هي من العجائب التي تحير العقول ، وتجعل

الإنسان يختر راعياً لربه الذي تحنن عليه بكثير من النعم ، فشكراً لله تعالى وللرسول ﷺ وللإمام علي عليه السلام على الهداية التي أوصلتنا إلى معرفة وطاعة خالقنا الكريم .

والآن ما أحرى بنا أن نطلع على تكوين تلك الأعضاء من الناحية التشريحية والفسولوجية ، لنكون على بينة من بحر علم علي عليه السلام .

«يَنْظُرُ بِشَحْمٍ»

بعض خواص العين :

١ - عبارة عن قطعة شحمية لا يتجاوز وزنها (٨) غرامات ، تحركها عدة عضلات رقيقة ودقيقة في مختلف الاتجاهات ، وتقع في حفرة خاصة في مقدمة الجمجمة .

٢ - العين هي المسؤولة عن الإبصار والإدراك ورؤية الأشياء على حقيقتها والوانها ؛ سواء كانت جميلة أم قبيحة .

٣ - العين هي إحدى مسببات الحسد .

٤ - العين هي العضو الذي يميز به الإنسان بين الحق والباطل .

٥ - قد تجلب لصاحبها الذنوب لأنها إحدى مصائد الشيطان .

٦ - أحد أسباب سعادة الإنسان ، وهو يرى بها الحياة السعيدة والمناظر الجميلة .

٧ - تعطي الأمل والتطلع نحو المستقبل إذا كانت سليمة ، إما إذا أصيب الإنسان بالعمى ، فقد يعاني من عقد نفسية عديدة .

٨ - تعطي الإنسان جمالاً إضافياً إذا كانت واسعة وملونة وذات أهداب

طويلة .

٩ - مصدر قلق وإزعاج إذا أصيبت بمرض خاص .

١٠ - لها أشكال معينة عند بعض الأقوام ، كالمغول والأفغان والصينيين .

حاسة البصر :

تعتبر حاستي السمع والبصر الجهازان المميزان عند الإنسان ، حيث من خلالهما يطل على العالم ويتلقى قضايا الإدراك والاحساس والتوازن . فتعلم النطق يتم عن طريق السمع ، فاذا ولد الإنسان أصم صعب عليه التفاهم والاندماج مع المجتمع الذي يعيش فيه ؛ لأن جهاز السمع هو الذي ينمي إدراك الإنسان وذهنه ووعيه . أما الكتابة ، فإنها تكتسب عن طريق البصر بالدرجة الأولى ، وأول آية نزلت من القرآن : ﴿إِقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ * خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ * إِقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ * الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ * عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ﴾^(١) .

النور والتميز :

الرؤية أو الإبصار يتم بواسطة الضوء ، ولا رؤية بدون شعاع ضوئي ، وتبلغ سرعة الضوء (٣٠٠٠٠٠) ثلاثمائة ألف كيلومتر في الثانية الواحدة . ينطلق الشعاع الضوئي من الجسم إلى العين ويخترق سلسلة أواسط شفافة كاسرة للنور ؛ حتى يقع على منطقة حساسة في العين هي الشبكية ، التي توجد فيها العناصر أو الخلايا الحساسة للضوء حيث تتأثر

بالاشعاعات ، وينتقل هذا التأثير بشكل سيالة عصبية عبر ألياف العصب البصري إلى السريـر البصري ؛ ومنه إلى الفص القفوي الذي هو مركز الرؤية العام في الدماغ وهو مضاعف في فصي الدماغ . وهكذا بواسطة العين وما يأتيها من ضوء ، يمكن للإنسان أن يتعرف على المحيط الخارجي بصورة كاملة ، ويشترط أن تكون الرؤية بالعينين حتى تصبح الصورة مجسمة وواضحة ، حيث يتعرف الإنسان على الموجودات من ناحية الشكل واللون والمسافة .

وبواسطة العين يتمكن الإنسان من تعلم القراءة والكتابة ، وبواسطة العين يحفظ الإنسان توازنه الطبيعي أثناء المشي والحركة والعمل ، كما يتزن من الناحية الفكرية والنفسية .

كرة العين^(١) :

تعتبر كرة العين التي تزن ثمانية غرامات من أرقى وأروع غرف التصوير الفنية ، فهي غرفة مغلفة بثلاث جدران هي من الخارج إلى الداخل ، الصلبة : وهي التي تعطي اللون الأبيض للعين ، والمشيمية : وهي التي تزود بعروقها العين ، والشبكية : وهي التي تحوي العناصر الحساسة والمستقبلة للضوء ، وهي عبارة عن المخاريط والعصيات .

في مقدمة العين توجد بلورة رقيقة هي القرنية التي تدخل الضوء القادم إلى العين ؛ ثم يجتاز الضوء بعد القرنية سائلاً شفافاً كاسراً للضوء ، هو الخلط المائي الذي يقع ما بين القرنية والقزحية والقزحية هي التي تعطي

(١) بتصرف من كتاب : الطب محراب الإيمان للدكتور خالص جلبي .

العينين لونهما المعهود وتقع في مركزها الحدقة ، فاذا دخل الضوء الحدقة واجه بلّورة من نوع خاص هي الجسم البلّوري ، وهي أعجب بلّورة إلهية موجودة في عالم الإنسان لأنها تتمدد وتقلص بحيث تتغير وجوه تحدبها إلى درجات عديدة وكبيرة ؛ كي تتطابق رؤية العين مع الصور والمناظر التي تقع أمامها ، فإذا كانت المسافة المرئية قريبة تمددت وتقلصت بما يناسب الحالة ، والعكس بالعكس . بعد الجسم البلّوري يدخل الضوء محيطاً جديداً شفافاً كاسراً للضوء هو الخلط الزجاجي ؛ بعدها يصل إلى الشبكية حيث تستقبله العصيات والمخاريط وتنقله بشكل سيالة عصبية إلى الفص القفوي في الدماغ .

العين كعضو تقع في التجويف الأمامي للجمجمة ، وتحيطها وسائل الوقاية كالحواجب والبروز العظمي الجبهوي من الأعلى بحيث تحمي العين من الضربات والصدمات والأشعة والعرق ؛ ومن الأسفل ارتفاع عظم الوجنة ، كما أن العين مغطاة بالجفون التي تتحرك بسرعة لحمايتها ، أما من الداخل ، فتغلق العين بغشاء رقيق شفاف يسمى الملتحمة .

في حالة دخول أجسام غريبة أو ميكروبات تقوم الغدد الدمعية بإفراز مادة معقمة تسمى خميرة اليزوزيم . غدد العين تفرز باستمرار لتطهر العين وترطبها وتعطيها البريق الخاص ، بعدها يذهب الدمع عبر قناة إلى الأنف لترطيبه من الهواء الجاف الذاهب إلى الرئتين .

إن حدقة العين تنكمش وتتوسع حسب قرب وبعد الأجسام المراد رؤيتها ؛ وكذلك حسب درجة الإضاءة ، لأن دخول كمية كبيرة من الضوء إلى العين يؤثر عليها ، فاذا كان الجسم قريباً ، فإن الإنسان يراه حتى وإن

كانت الحدقة منقبضة ، أما إذا كان الجسم بعيداً ويحتاج إلى رؤية واسعة ، تتوسع الحدقة ، ويتم ذلك بواسطة العضلات المحيطة بالحدقة .
إن تقدير مدى الرؤية والمرئيات يتم بواسطة خلايا قشر الدماغ ، حيث ترقد مراكز الوعي والادراك والفهم والتحليل والذاكرة والابداع وفهم الألوان .

للعين إحساسان للرؤية :

الأول : الإحساس عديم اللون .

والثاني : الإحساس اللوني .

وتتمتاز عصبية العين بميزتين : الإحساس للرؤية الضعيفة ، والنور العادي ، أما المخاريط فلها ميزتان ، هما : الرؤية المركزة الشديدة الإثارة ، وتمييز الألوان .

حدود الرؤية :

إن العين لها حدود عندما تبصر الأشياء ، فإذا ابتعد الجسم المرئي أكثر من المعتاد ، لم تعد العين تراه ، وإذا إقترب أكثر من اللازم ، تشوشت الرؤية ، وهذا ما يعرف بنقطة المدى ونقطة الكشب .
الألوان المرئية لها طيوف يمكن للعين أن تبصرها ، ولكن هنالك إشعاعات عديدة لا تراها العين ولا يدركها البصر . وصدق الباري حين قال : ﴿أَلَمْ نَجْعَلْ لَهُ عَيْنَيْنِ * وَلِسَانًا وَشَفَتَيْنِ * وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ﴾^(١) .

(١) سورة البلد ، الآيات : ٨ - ١٠ .

«وَيَتَكَلَّمُ بِلَحْمٍ»

تكوين اللسان :

يتكون اللسان من (١٧) عضلة للحركة في مختلف الاتجاهات ، وغشاء مخاطي يغلف تلك العضلات ، وعصب خاص لتحريكه في كل نصف ، أي عصبان رأسيان ، هما : العصب الكبير تحت اللسان في كل جانب . و(٦) أعصاب لنقل الحس ثلاثة في كل جانب :

١ - العصب اللساني لنقل الحس من مقدمة اللسان .

٢ - العصب البلعومي اللساني لنقل الحس من مؤخرة اللسان .

٣ - العصب المبهم لنقل الحس من البلعوم والمزمار .

اللسان كعضو حساس وفعال ترقد فيه آلاف النتوءات والبراعم الذوقية ويحس أنواع الأطعمة ، ويستخدم في عملية المضغ والبلع والذوق والصوت والمدح والقدح . لقد بلغت دقة التأثر في الذوق أن اللسان يحس بالطعم المر ولو بلغ تركيزه على اللسان أربعة أجزاء من مائة ألف ، كذلك يساعد على نطق حروف كثيرة . وصدق القرآن الكريم حين قال : ﴿ أَلَمْ نَجْعَلْ لَهُ عَيْنَيْنِ * وَلِسَانًا وَشَفَتَيْنِ ﴾ (١) .

حاسة الذوق :

حاسة الذوق تستقر في اللسان وباطن الفم ، اللسان يتحسس حوالي ستة أنواع من الطعام ، الحلو والمر والمالح والحامض والطعم المعدني

والقلوي . هذه المذاقات الأساسية تتفرع منها اشتقاقات كثيرة جداً حسب إمتزاج هذه المذاقات وينسب مختلفة ؛ وهنالك التقاء ما بين الطعم والرائحة حيث تؤثر بعض المواد برائحتها وطعمها فتسبب ما يسمى بالنكهة أو الذوق . كما أن تلك الطعوم والمذاقات تتوضع على اللسان في أماكن محددة ، فالطعم الحلو تتوضع نتوءاته الذوقية في مقدمة اللسان ، والطعم المر في مؤخرة اللسان ، وأما المالح فيتوضع على جوانب اللسان وذروته ، كما تحس به معظم أعضاء الفم مثل الشفتين والحنك وباطن الخدين وقاع الفم ، وأما الطعم الحامض فيتوضع على جوانب اللسان .

النتوءات الذوقية عجيبة ومدهشة في تركيبها النسيجي ، فهي تكون في اللسان ما يشبه الكهوف الصغيرة العديدة حيث تكون فتحة البرعم الذوقي صغيرة وتتمادى مع سطح اللسان . في داخل البرعم ترقد الخلايا الذوقية وهي ترسل أهدابها التي تتحس الذوق ، ويدخل العصب الذي ينتشر بأليافه من قاعدة هذا الكهف الذوقي . داخل هذا الكهف نرى الخلايا الحسية ، والخلايا التي تسندها ، والخلايا التي تحيط بالبرعم الذوقي تتوزع البراعم الذوقية في الحليمات اللسانية . الحليمات اللسانية ثلاثة أنواع :

١ - الحليمات الخيطية .

٢ - الحليمات الكمثية .

٣ - الحليمات الكأسية .

لقد وجد أن البراعم الذوقية تصل أحياناً في الحليلة الواحدة إلى (٢٥٠) برعم ذوقي ، وقد قدر عدد البراعم الذوقية في اللسان إلى حوالي (٩٠٠٠) برعم ذوقي تنقل طعوم أنواع وأشكال الأطعمة .

«وَيَسْمَعُ بَعْظَمُ»

تعتبر حاسة السمع من عجائب خلق الله ، وقد توصل العلماء إلى معرفة كيفية انتقال الصوت ؛ إما مهمة ومعرفة وتمييز الكلمات التي تسمع فهي قضايا معقدة لم تفهم لحد الآن .

تنقسم الأذن إلى ثلاثة أقسام :

١ - الأذن الخارجية .

٢ - الأذن الوسطى .

٣ - الأذن الداخلية .

الأذن الخارجية تتكون من صيوان الأذن الخارجي مع ممر يوصل إلى غشاء الطبلة . الأذن الوسطى فيها ثلاث عظام تشبه أدوات الحداد ، تسمى المطرقة والسندان والركابة . وعضلتان هما المطرقة والركابة ، وهتالك قناة توصل ما بين الأذن الوسطى والبلعوم تسمى قناة اوستاكي .

الأذن الداخلية فيها الحلزون والأقنية الهلالية ، وهذه الأقسام متصلة ببعضها وتبطن الأقنية من الداخل أغشية مخاطية تشبه الكيس ؛ أما الحلزون الذي يدور دورتين ونصف ، فيوجد بداخله عضو كورتي .

تعتبر الأذن الداخلية الجهاز المستقبل للأصوات ، والأذن الوسطى والخارجية الجهاز الناقل للأصوات ، ولولا هذا الجهاز الناقل لما كان بمقدور الإنسان أن يسمع الأصوات .

ينتقل الصوت نتيجة اهتزاز جزيئات المادة ، ولذا فان الصوت لا ينتقل ما لم يكن هنالك وسط مادي (هواء ، سائل ، أجسام صلبة) . الصوت له سرعة معينة ثابتة (٣٤٠) متر في الثانية الواحدة .

ونظراً لأن نقل الصوت يعتمد على الأذن الخارجية والوسطى نرى أن الأذن الخارجية تتألف من مادة غضروفية فيا تعاريج والتواءات لجمع الصوت (الصيوان)؛ ومن الصيوان ينتقل الصوت عبر ممر يبلغ طوله ٢،٥ سم مقوس إلى الأسفل حيث ينتهي بغشاء مرن جداً هو غشاء الطبلية . هذا المجرى الذي ينقل الصوت يحتوي في مقدمته على شعر لاصطياد ذرات الغبار، وغدد صملاخية تفرز مادة الصملاخ التي تقتل المواد الغريبة الداخلة .

إن اهتزاز غشاء الطبلية يؤدي إلى اهتزاز عظام السمع الثلاث ، لأنها متصلة ببعض ، العظم الأول الذي يتصل بغشاء الطبلية هو عظم المطرقة ، والعظم الذي يتصل بالأذن الداخلية هو عظم الركابة ، وبينهما عظم السندان . يبلغ وزن العظام الثلاثة (٥٥) ملغم ، ولذا فهي خفيفة وتتجاوب مع الاهتزازات . التمثيل بين العظام دقيق إلى درجة أن أدنى صوت أو همس معناه اهتزاز غشاء الطبلية ، ثم اهتزاز العظام التي تنقله بدورها إلى الأذن الداخلية . والعجيب أن أواسط الأذن تناسب نقل الصوت تماماً وهي الهواء في المجرى ، والأجسام الصلبة المتمثلة في العظام في الأذن الوسطى والأجسام الصلبة والسوائل في داخل الأذن الداخلية .

عظام الأذن الوسطى تقوم بتسريع مرور الصوت إلى الأذن الداخلية ، كما أنها تضخم الصوت أيضاً ، فسطح غشاء الطبلية يبلغ (٢٠) ضعفاً لسطح قاعدة الركابة ، وقد وجد أن الصوت يزداد عشرة أضعاف حينما يصل إلى قاعدة الركابة . إن عظم الركابة يهتز بأشكال مختلفة من حين لآخر ؛ ولقد وجد أن هذا العظم الصغير يحور إتجاه تمفصله بحيث يبقى محافظاً على نقل الصوت إلى الإذن الداخلية ؛ بشكل يقيها من الأذى إلى حد ما إذا كانت

الأصوات القادمة شديدة .

أما العضلتان أي عضلة المطرقة والركابة ، فإن الأولى تسعى لإدخال عظم الركابة أكثر إلى داخل النافذة البيضية ، وعضلة الركابة تفعل بالعكس ، وهكذا يحدث الاتزان بتقلص العضلتين معاً .

أما قناة أوستاكي التي تمتد ما بين البلعوم والأذن الوسطى ، فتقوم بتعديل الضغط بين داخل الأذن الوسطى والخارجية ، خصوصاً وأن غشاء الطبلة يسد الفوهة سداً محكماً .

الأذن الطبيعية تسمع الأصوات إذا كانتذبذبتهاتتراوح ما بين (١٦ - ٢٠٠٠٠) ذبذبة في الثانية .

الأذن الداخلية :

لها وظيفتان : الأولى : السمع ، والثانية : التوازن . وهي مكونة من دهاليز وممرات معقدة ، وجدارها الداخلي الذي يشرف على الأذن الوسطى يتكون من نافذتين ، علوية : هي النافذة البيضية ، وسفلية : هي النافذة المدورة . في الداخل على اليمين يقبع الحلزون الذي يدور دورتين ونصف حول نفسه ، بعدها يأتي عضو كورتى الذي يضم ما يقارب (١٠٠٠٠٠) خلية سمعية حيث تتصل بالخلايا ؛ ومن بين العظام ألياف عصبية في منتهى الدقة والرقّة ، تجتمع لتشكّل العصب السمعي الذي يصل إلى عقدة سكاريا ثم إلى الفص الصدغي من فصوص الدماغ الذي يختص بالسمع .

أما ألياف العصب الدهليزي التي تتصل بالأقنية الهلالية ، فهي تنقل حاسة الموازنة ووضع رأس وجسم الإنسان إلى المخيخ ، حيث يتم التوازن بالاشتراك ما بين الدهليز والمخيخ والحبال الخلفية من النخاع الشوكي التي

تنقل الحس العميق ؛ بالإضافة إلى البصر الذي يقدر الوضع والمسافات ،
والعظام والمفاصل والعضلات التي تتلقى الأوامر اللازمة حتى يحدث الشد
المناسب . وهكذا يتوازن الإنسان .

«وَيَتَنَفَّسُ مِنْ خَرْمٍ»

الأنف يقع في مقدمة الوجه ما بين العينين ، ويبلغ طوله عدة
ستيمترات لا غير ، ويقسم بحاجز غضروفي إلى قسمين . فتحتي الأنف
تقعان في الأسفل ، أعلى الشفة العليا للفم ، ويبلغ قطر الواحدة أقل من
ستمر مربع ، ولهما وظيفتان :

الأولى : إيصال الهواء إلى الرئتين ، عن طريق قناة الأنف التي تفتح
على البلعوم ومنها إلى القصبة الهوائية ، لأن التنفس الصحيح والطبيعي يتم
عن طريق الأنف وليس الفم .

والثانية : إيصال الهواء والابخرة والروائح إلى خلايا حاسة الشم التي
تقع في الجزء العلوي من الأنف ؛ لتمييز نوع وخاصة الرائحة التي يتعرض
لها الإنسان خلال عمله اليومي .

تتصل بأعلى الأنف قناة قصيرة ، ينحدر خلالها الدمع الزائد عن
حاجة العين ، ليرطب أغشية الأنف ، ويمنع مرور الغبار المتعلق بالهواء من
دخول الرئة . الأنف يقسم تشريحياً إلى ثلاثة أقسام ، الثلثين الأولين
يختصان بعملية التنفس التي تجري بصورة لا إرادية حيث يقوم الغشاء
المخاطي الذي يغطي سطح تلك الأقسام بتعديل رطوبة ودرجة حرارة
الهواء المار إلى الرئتين لكي يصل إليها بصورة معتدلة ملائمة لدرجة حرارة
الجسم ، وبذلك تصبح الحويصلات بعيدة عن الأذى والضرر ، أما الثلث

الأعلى والأخير ، فهو مختص بحاسة الشم .

إن هذه الغضاريف والأغشية التي لا تتجاوز عدة سنتيمترات ، هي من المعجزات الألهية الكبيرة التي مَنَّ الله تعالى بها على الإنسان ، ففي فصل الصيف الحار تقوم بتبريد وترطيب الهواء الذاهب إلى الرئتين ، وفي الشتاء تقوم بتدفئة وتجفيف الهواء البارد الرطب قبل دخوله إلى الرئتين . وتعمل تلك الأغشية ليلاً ونهاراً من دون أن ترتفع درجة حرارتها ولا يصدر عنها صوت أو ضوضاء تعكر حياة الانسان ، أو تؤثر على أفكاره وأعماله . حقاً إنها إحدى النعم الألهية التي توجب الشكر .

الإمام علي عليه السلام أراد أن يلفت نظرنا إلى تلك المعجزة الألهية التي تتبلور لنا من خلال ثقب صغير (خَرَم) ، يجري خلاله التنفس بيسر وسهولة لا مثيل لها ، وان وراء تلك الفتحة مدفئات ومبرّدات وكومبيوترات إلهية معقدة التركيب ، لا يمكن للعقل البشري أن يتصورها بوسائله العادية ، إلا إذا جهد في معرفة تركيبها التشريحي وعملها الفسلجي ، وعندها يتيقن بلا شك بأنّ الصانع عظيم ، وأنّ الإنسان مهما جهد في صنع أجهزة متطورة وحديثة لا يمكنه مجارات أو منافسة الصانع الحكيم .

حاسة الشم^(١)

تتركز حاسة الشم في القسم العلوي من الأنف ، وعندما نلقي نظرة على الجدار الداخلي للأنف ، نرى فيه ثلاث قطع غضروفية مغلقة بغشاء مخاطي يعلو بعضها البعض ، وتسمى القرنيات . هذه القرنيات تشارك في

عملية تسخين وتبريد الهواء أثناء مروره بالأنف . وإذا ما نظرنا إلى ما فوق القرين العلوي تتوضح أمامنا المنطقة الشمية التي تبلغ مساحتها (٢٥٠) مليمتراً مربعاً وتحوي على خلايا حسية تقدر ما بين (٢٠ - ١٠٠) مليون خلية ؛ ومنها تتوزع ألياف العصب الشمي ، بعد أن تجتاز سقف الأنف من خلال الصفيحة الغربالية . إن هذه الألياف العصبية تتوزع بحيث يكون لكل خلية شمية (٦ - ٨) أهداب تغطس في سائل مخاطي يعلو أطرافها ، فإذا وصلت الروائح إلى تلك المنطقة ذابت في السائل المخاطي أولاً ، ثم في المواد التي تحويها تلك الأهداب ، وهي ذات طبيعة دهنية تساعد على حل المواد الكيميائية القادمة .

وقد وجد أن لكل رائحة مكان وشكل خاص داخل السائل المخاطي . إن الألياف العصبية تصعد إلى منطقة الدماغ حيث تستقر في منطقة أولية ، هي البصلة الشمية ، ثم تنتقل إلى مناطق أخرى مثل تلفيف حصان البحر ، وقرن آمون ، والجسم المشرشر ، التي ترتبط بارتباط خاص مع مناطق كثيرة في الدماغ ، ولذا تشترك الرائحة مع إثارة الشهية للطعام ، وتحريك الدوافع الجنسية ، كما تقوم بتأثيرات روحية ونفسية وأفعال الذاكرة . إن الروائح القادمة عبر فتحات الأنف تؤثر على الألياف العصبية ولو كانت بكمية قليلة ؛ فلقد وجد أن بعض الروائح تؤثر بتركيز يبلغ حوالي خمسة أجزاء من (١٠٠) مليون من الغرام في الستيمتر المكعب ، وصدق الله العظيم حين قال : ﴿ وَخَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ فَقَدْرَهُ تَقْدِيرًا ﴾ ^(١) ﴿ صُنْعَ اللَّهِ الَّذِي أَتَقَنَ كُلَّ شَيْءٍ ﴾ ^(٢) .

(١) سورة الفرقان ، الآية : ٢ .

(٢) سورة النمل ، الآية : ٨٨ .

العلاج

قال الإمام علي عليه السلام :

«نَحْمَدُهُ عَلَى مَا كَانَ وَنَسْتَعِينُهُ مِنْ أَمْرِنَا عَلَى مَا يَكُونُ ، وَنَسْأَلُهُ
المَعَاْفَةَ فِي الْأَدْيَانِ ، كَمَا نَسْأَلُهُ الْمَعَاْفَةَ فِي الْأَبْدَانِ»^(١) .
«كُلُّ شَيْءٍ خَاشِعٌ لَهُ ، وَكُلُّ شَيْءٍ قَائِمٌ بِهِ ، غَنِيٌّ كُلُّ فَقِيرٍ ، وَعَزٌّ
كُلُّ ذَلِيلٍ ، وَقُوَّةٌ كُلُّ ضَعِيفٍ ، وَمَفْزَعٌ كُلُّ مَلْهُوفٍ»^(٢) .
«مَا أَصِفُ مِنْ دَارٍ أَوَّلُهَا عَنَاءٌ ، وَآخِرُهَا فَنَاءٌ ، فِي حَلَالِهَا حِسَابٌ
وَفِي حَرَامِهَا عِقَابٌ»^(٣) .

«فَلَا يَضُرُّكَ سَوَادُ النَّاسِ مِنْ نَفْسِكَ ، وَقَدْ رَأَيْتَ مَنْ كَانَ قَبْلَكَ
مِمَّنْ جَمَعَ الْمَالَ وَحَذَرَ الْإِقْلَالَ ، وَأَمِنَ الْعَوَاقِبَ - طُولَ أَمَلٍ وَاسْتِيعَادَ
أَجَلٍ - كَيْفَ نَزَلَ بِهِ الْمَوْتُ فَأَزَعَبَهُ عَنْ وَطَنِهِ»^(٤) .
«وَلَوْ أَنَّ النَّاسَ حِينَ تَنْزِلُ بِهِمُ النَّقْمُ ، وَتَنْزُولُ عَنْهُمْ النِّعَمُ فَرَعَوْا
إِلَى رَبِّهِمْ بِصَدَقٍ مِنْ نِيَّاتِهِمْ ، وَوَلَّاهُ مِنْ قُلُوبِهِمْ ، لَرَدَّ عَلَيْهِمْ كُلُّ شَارِدٍ ،
وَأَصْلَحَ لَهُمْ كُلُّ فَاسِدٍ»^(٥) .

«فَإِنَّ تَقْوَى اللَّهِ دَوَاءٌ دَاءِ قُلُوبِكُمْ ، وَبَصَرُ عَمَى أَفْئِدَتِكُمْ ، وَشِفَاءُ
مَرَضِ أَجْسَادِكُمْ ، وَصَلَاحُ فَسَادِ صُدُورِكُمْ ، وَطَهُورُ دَنَسِ أَنْفُسِكُمْ ،
وَجَلَاءُ غِشَاءِ أَبْصَارِكُمْ ، وَأَمْنٌ فَرَعَ جَاشِكُمْ ، وَضِيَاءُ سَوَادِ ظُلُمَتِكُمْ»^(٦) .

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٧ ص ٨٠ .

(٢) المصدر السابق : ج ٧ ص ١٩٤ .

(٣) المصدر السابق : ج ٦ ص ٢٣٨ .

(٤) المصدر السابق : ج ٨ ص ٢٦٩ .

(٥) المصدر السابق : ج ١٠ ص ٦١ .

(٦) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٠ ص ١٨٨ .

بعد أن سيطرت المادة على عقول الأغلبية خصوصاً بعد الثورة الصناعية والتقدم التكنولوجي وتوسع المدن والمجتمعات البشرية والتنافس المادي الخالي من القيم والأخلاق ؛ بدأت الأمراض الروحية والنفسية تعصف بالعالم ، مدمرة ومحيلة الحياة إلى هم وغم وألم ، مما أدى إلى زيادة الحاجة للعلاج ، بالأخص العلاج الروحي الذي أصبح ضرورة ملحة تملئها الظروف الحياتية والاجتماعية التي طفحت بالمآسي والآلام ؛ حتى أصبحت الدنيا في أعين الكثير من الناس : ظلام دامس ، وكآبة دائمة ، وخوف مستحكم ، يضغط على روح وعقل الإنسان المعاصر الذي أصبح يعاني شتى أنواع الأمراض النفسية والجسدية .

هذه الحقيقة فرضت علينا الرجوع إلى قيمنا الإنسانية ، وأعرافنا الاجتماعية ، وتعاليمنا الدينية الرشيدة ، التي تحصّن الإنسان ضد مختلف الأمراض الروحية وتمنعه من الانزلاق نحو الهاوية .

الإمام علي عليه السلام الوصي والمعلم والطبيب الروحي الكبير بعد رسول الله صلى الله عليه وآله رسم بما لا يقبل الشك ، ووضح بيقين ، وبين بإخلاص ، العلاج الشافي والطريق الوافي والكافي الذي يقينا من الإصابة بالأمراض النفسية ، من خلال الإيمان والايحاء والامتناع فيقول عليه السلام :

«نحمده على ما كان ، ونستعينه من أمرنا على ما يكون ، ونسأله المعافاة في الأديان ، كما نسأله المعافاة في الأبدان ، عباد الله أوصيكم بالرفض لهذه الدنيا التاركة لكم وإن لم تحبوا تركها ، والمبلية لأجسامكم وإن كنتم تحبون تجديدها ، فإنما مثلكم ومثلها كسفر سلكوا سبيلاً ، فكأنهم قد قطعوه ، وأموا علماً فكأنهم قد بلغوه ، وكم عسى المجري إلى الغاية أن

يجري إليها حتى يبلغها! وما عسى أن يكون بقاء من له يوم لا يعدوه، وطالب حثيث من الموت يحدوه، ومزعج في الدنيا عن الدنيا حتى يفارقها رغماً، فلا تنافسوا في عز الدنيا وفخرها، ولا تعجبوا بزيبتها ونعيمها، ولا تجزعوا من ضرائها وبؤسها، فإن عزها وفخرها إلى إنقطاع، وزيتها ونعيمها إلى زوال، وضرائها وبؤسها إلى نفاد، وكل مدة فيها إلى انتهاء، وكل حيٍّ فيها إلى فناء، أو ليس لكم في آثار الأولين مُزْدَجَر، وفي آبائكم الأولين تبصرة ومعتبر، إن كنتم تعقلون، أو لم تروا إلى الماضين منكم لا يرجعون، وإلى الخلف الباقيين لا يبقون، أولستم ترون أهل الدنيا يصبحون ويمسون على أحوال شتى فميت يبكى، وآخر يُعزَّى، وصريع مبتلى، وعائد يعود، وآخر بنفسه يجود، وطالب للدنيا والموت يطلبه، وغافل وليس بمغفل عنه وعلى أثر الماضي ما يمضي الباقي.

ألا فاذكروا هادم اللذات، ومنغص الشهوات، وقاطع الأمنيات عند المساورة للأعمال القبيحة، واستعينوا الله على أداء واجب حقه، وما لا يحصى من أعداد نعمه وإحسانه»^(١).

الإمام في هذه الخطبة الرائعة وضَّح معاناة الإنسان بأوجهها المختلفة، وشخَّص لنا قطب الأمراض النفسية وهي الدنيا التي نعيشها وما فيها من مخلوقات، وكيفية الوقاية من أمراضها النفسية والجسدية، عن طريق ترك لذاتها ومغرياتها الزائفة التي لا تدوم لأحد من البشر، فالعاقل من ترك التنافس في عز الدنيا وفخرها ونعيمها، وتخلص من الخوف والقلق الذي يرافق الساعي إليها والمتمسك بها.

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ٧ ص ٨٠.

الإمام أراد بهذا التحليل النفسي الواقعي أن يضع الإنسان في مكانه الملائم واللائق، كي يطلع على حقيقة نفسه، وأن يرضى بقلب قانع، ما أرادَه الله له وفق عدالته التي توزع الرزق حسب الحاجة والضرورات والعدل، فمن اقتنع بإرادة الله ومشيئته، وابتعد عن الطمع والحسد، وتجنب اليأس والقنوط وتمسك بحبل الإيمان وعدالة الرحمن، أصبح متمسكاً بدينه ودنياه.

الإمام هنا يرفع من معنويات الإنسان الضعيف الإرادة، المضطرب الأعصاب، من خلال إبراز القضية بأحلى صورها، في القبول بأن الخالق هو القادر والمعطي والمسيطر على كل شيء فيقول: «كل شيء خاشع له، وكل شيء قائم به، غني كل فقير، وعز كل ذليل، وقوة كل ضعيف، ومفزع كل ملهوف، من تكلم سمع نطقه، ومن سكت علم سره، ومن عاش فعليه رزقه، ومن مات فإليه منقلبه»^(١).

إن حب الدنيا والركض وراءها بالحرام، والتحايل والخداع والغش يجعل الإنسان آلة مسيرة لشهواتها، تنخره الأمراض النفسية بمختلف أشكالها، والعاقل من ترك الدنيا ولذاتها، لأنها ليست دار قرار أو خلود، فيقول الإمام عليه السلام: «ما أصف من دار أولها عناء، وآخرها فناء، في حلالها حساب وفي حرامها عقاب، من استغنى فيها فتن، ومن افتقر فيها حزن، ومن ساعاها فاتته ومن قعد عنها واتته، ومن أبصر بها بصرتة، ومن أبعد إليها أعمته»^(٢).

بهذه النصائح القيّمة، وهذا الأسلوب الجميل، أراد الإمام أن يعطينا

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ٧ ص ١٩٤.

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ٦ ص ٢٣٨.

حلاً لأعظم مشكلة تقف امام تطلع الإنسان وسموه ؛ ألا وهي حب المال والدنيا الذي سيطر على عقل الإنسان حتى جعله يقتل أخاه في سبيل الحصول على ما يريد ، متناسياً بأن الماديات هي الحجاب والحاجز الحائل بين الإيمان والزهد وحب الخير للآخرين ؛ لذا قال الإمام عليه السلام : «فلا يغرنك سواد الناس من نفسك ، وقد رأيت من كان قبلك ممن جمع المال وحذر الاقلال ، وأمن العواقب - طول أمل واستبعاد أجل - كيف نزل به الموت فأزعجه عن وطنه ، وأخذه من مأمنه ، محمولاً على أعواد المنايا يتعاطى به الرجال ، حملاً على المناكب وامساکاً بالأنامل . أما رأيتم الذين يأملون بعيداً ، ويبنون مشيداً ، ويجمعون كثيراً ، كيف أصبحت بيوتهم قبوراً ، وما جمعوا بوراً ، وصارت أموالهم للوارثين وأزواجهم لقوم آخرين ، لا في حسنة يزيدون ولا من سيئة يستعقبون»^(١) .

ويستمر الإمام يهز ضمير الإنسان نحو التمسك بالشرعية الاسلامية ، لإنها العلاج الوحيد الذي يشفي صدر الإنسان من وساوس الشيطان ، وينقّس النفس من الذنوب والأدران ، ويدفعها نحو سلوك طريق الرحمن ، فيقول : «ولو أن الناس حين تنزل بهم النقم ، وتزول عنهم النعم ، فزعوا إلى ربهم بصدق من نياتهم ووله من قلوبهم ، لردّ عليهم كل شارد وأصلح لهم كل فاسد»^(٢) .

ويستمر الإمام بالتوجيه ، وإعطاء العلاج الشافي ، من خلال التمسك بفضيلة الصبر خصوصاً الصبر على مشاكل الدنيا وبلائها ؛ ومواجهة الأحداث والمعضلات ، بروح مؤمنة ونفس عالية وشكر دائم ؛ لأن الله مع

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٨ ص ٢٦٩ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٠ ص ٦١ .

الصابرين ، فيقول : «حتى إذا رأى الله سبحانه جد الصبر منهم على الأذى في محبته ، والاحتمال للمكروه من خوفه ، جعل لهم من مضايق البلاء فرجاً ، فأبدلهم العزّ مكان الذل ، والأمن مكان الخوف ، فصاروا ملوكاً حكاماً ، وائمة أعلاماً ، وقد بلغت الكرامة من الله لهم ما لم تذهب الآمال إليه بهم»^(١) .

والصبر تتبعه التقوى التي هي خير عون للانسان المؤمن على مواجهة الوسوس والقلق والأمراض النفسية الأخرى ؛ ولا يوجد شيء أفضل من الصبر الذي يجعل الانسان أكثر اطمئناناً واستعداداً ، فقال الإمام عليه السلام : «فَإِنَّ تَقْوَى اللَّهِ دَوَاءٌ دَاءِ قُلُوبِكُمْ وَيَبْصَرٌ عَمَى أَفْئِدَتِكُمْ ، وَشِفَاءٌ مَرَضِ أَجْسَادِكُمْ ، وَصَلَاحٌ فَسَادِ صُدُورِكُمْ ، وَطَهْوَرٌ دَنَسِ أَنْفُسِكُمْ ، وَجِلَاءٌ غِشَاءِ أَبْصَارِكُمْ ، وَأَمْنٌ قَزَعِ جَاشِكُمْ ، وَضِيَاءٌ سَوَادِ ظُلْمَتِكُمْ ، فَأَجْعَلُوا طَاعَةَ اللَّهِ شِعَاراً دُونَ دِثَارِكُمْ ، وَدَخِيلاً دُونَ شِعَارِكُمْ ، وَلَطِيفاً بَيْنَ أَضْلَاعِكُمْ ، وَآمِراً فَوْقَ أُمُورِكُمْ ، وَمَنْهَلاً لِحَيْنِ رُؤُودِكُمْ ، وَشَفِيعاً لِدَرْكِ طَلِبَتِكُمْ ، وَجَنَّةً لِيَوْمِ فَزَعِكُمْ ، وَمَصَابِيحَ لِبَطْوَنِ قُبُورِكُمْ ، وَسَكناً لَطَوْلِ وَحْشَتِكُمْ ، وَنَفْساً لِكَرْبِ مَوَاطِنِكُمْ ، فَإِنَّ طَاعَةَ اللَّهِ حِرْزٌ مِنْ مَتَالِفٍ مُكْتَنِفَةٍ ، وَمَخَافٌ مُتَوَقَّعَةٍ وَأَوَارٍ نِيرَانٍ مُوقَدَةٍ»^(٢) .

ثم يعرّج الإمام على ترويض النفس على الطاعة التامة لله وتحمل خشونة الحياة ؛ لكي تتم السيطرة عليها والتحكم بأمورها والابتعاد عن مغرياتها وانحرافها ، من خلال الابتعاد عن الهم والفكر الذي يدمر حياة الإنسان ويجعلها جحيم لا يطاق ، فيقول الإمام عليه السلام : «لَا رَوْضَ نَفْسِي

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٣ ص ١٦٩ .

(٢) المصدر السابق : ج ١٠ ص ١٨٨ .

رياضة تهش معها إلى القرص إذا قدرت عليه مطعوماً، وتقنع بالملح مأدوماً، ولأدعن مقلتي كعين ماء نضب معينها مستفرغة...»^(١).

وأخيراً يوصي الإمام الإنسان بالتحلي بالقناعة، وترك الترف، وحب المال، والطغيان والتعصب، الذي يؤدي إلى الانحراف والهاوية والتفرقة الاجتماعية والحقد والحسد؛ وأفضل الطرق مناسبةً للوقاية من الوقوع في شبك تلك الأمراض هي السيطرة على النفس وشهواتها، لأن النفس البشرية أمارة بالسوء إلا ما رحم الله، لهذا قال الإمام علي عليه السلام: «فاملك هواك وشح بنفسك، عما لا يحل لك، فإن الشح بالنفس الإنصاف منها فيما أحببت أو كرهت»^(٢).

وهكذا بين لنا الإمام علي عليه السلام لمحات جذابة مشرقة، للطرق والوسائل التي تقي الإنسان وتبعده عن الوساس والأوهام التي تقود إلى الإصابة بالأمراض النفسية المختلفة، التي تولدها مسببات الحياة والنزوع إلى حب الدنيا.

والآن لنستعرض العلاج بجانيبه الروحي والطبي:

العلاج الروحي يشمل الجوانب التالية:

١ - حسن الخلق^(٣):

أي أن يكون الإنسان حسن في الظاهر والباطن، لكون الإنسان مركب من جسد مُدْرِك بالبصر، ومن روح ونفس مدركة بالبصيرة، ولكل واحدة منهما هيئة وصورة، إما قبيحة واما جميلة.

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ١٦ ص ٢٩٤.

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ١٧ ص ٣١.

(٣) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الاحياء: ج ٥ ص ٩٥.

وحسن الخلق بسط الوجه ، وبذل الندي ، وكف الأذى ، هو أن الإنسان لا يُخاصِم ولا يُخاصِم من شدة معرفته بالله .

٢ - كسر شهوة البطن والفرج ^(١) :

البطن مصدر الشهوات التي تؤدي إلى شهوة الفرج والرغبة في المنكوحات ؛ وتلك الشهوات تقودان الإنسان إلى الرغبة في جمع المال وطلب الجاه اللذان هما الوسيلة إلى التوسع في المطاعم والمنكوحات . بعد ذلك يأتي عامل المنافسات والمحاسدات ، التي تولد آفة الكبرياء والرياء والتفاخر والتكاثر ، وما يتبع من حسد وحقد وعداوة وبغضاء تؤدي بصاحبها إلى سلوك طريق البغي والمنكر والفحشاء .

٣ - الصمت ^(٢) :

اللسان نعمة من نعم الله الكبيرة . وبالرغم من صغره تتم به الطاعة ويثبت به الجرم ، ولا يعرف الكفر والإيمان إلا بشهادة اللسان ، لذلك فاللسان عظيم الخطر ، ولا نجاة من خطره إلا بالصمت ، لذلك قال الرسول ﷺ : «من سره أن يسلم فليزم الصمت» ^(٣) .

وقال الإمام علي عليه السلام : «المرء مخبوء تحت لسانه ، فزن كلامك

واعرضه على العقل والمعرفة ، فإن كان لله وفي الله فتكلموا به» ^(٤) .

وأفات الكلام كثيرة كالخطأ ، والكذب ، والنميمة ، والغيبة ، والرياء ، والنفاق ، والفحش ، والمرء ، وتزكية النفس ، والخصومة ، والفضول ،

(١) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الأحياء : ج ٥ ص ١٤٤ .

(٢) المحجة البيضاء في تهذيب الأحياء : ج ٥ ص ١٩٠ .

(٣) الترغيب : ج ٣ ص ٥٣٦ .

(٤) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ٣٥٣ .

والخوض في الباطل ، والتحريف ، والزيادة والنقصان وايداء الخلق ، وهتك العورات .

٤ - ترك الغضب^(١) :

قال الرسول ﷺ : «الغضب يفسد الإيمان كما يفسد الخل العسل»^(٢) .

وقال الإمام الصادق عليه السلام : «الغضب مفتاح كل شر»^(٣) .

الغضب محله الدماغ ، وسببه دفع المؤذيات قبل وقوعها ، والتشفي والانتقام بعد وقوعها . والإفراط في الغضب هو : أن الإنسان يخرج بعمله وغضبه عن سياسة العقل والدين وطاعتهما ، فلا يبقى للمرء معها بصيرة ونظر وفكر واختيار . أما الأسباب المهيجة للغضب ، فهي الزهو ، والعجب ، والمزاج ، والهزل ، والهزء ، والتعبير ، والمماراة ، والمضادة ، والقدر ، وشدة الحرص على المال والجاه ، وهذه الصفات بأجمعها أخلاق سيئة ، مذمومة شرعاً وعقلاً ، ولا خلاص من الغضب مع بقاء هذه الأسباب .

٥ - الحسد والحقد^(٤) :

الحسد من نتائج الحقد ، والحقد من نتائج الغضب ، اسباب الحسد كثيرة أهمها العداوة ، والتعزز ، والكبر ، والتعجب ، والخوف من فوت المقاصد ، وحب الرئاسة ، وخبث النفس وبخلها ، لذلك يوصي الإسلام بترك الحسد ومحاربه .

(١) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الاحياء : ج ٥ ص ٢٨٩ .

(٢) الكافي : ج ١ ص ٣٠٢ .

(٣) الكافي : ج ٢ ص ٣٠٢ .

(٤) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الاحياء : ج ٥ ص ٣٢٥ .

٦ - ترك حب الدنيا^(١) :

قال رسول الله ﷺ : «حب الدنيا رأس كل خطيئة»^(٢)

وقال الإمام علي عليه السلام : «ما أصف لك من دار من صح فيها ما أمن ، ومن سقم فيها ندم ، ومن افتقر فيها حزن ، ومن استغنى فيها فتن ، في حلالها الحساب وفي حرامها العذاب»^(٣) .

من صفات الدنيا أنها سريعة الفناء قريبة الانقضاء ، تعد الانسان بالبقاء ثم تخلف الوفاء ، فدنيا كهذه أحق بالترك والتوجه إلى الله بالعمل الصالح .

٧ - ترك حب المال^(٤) :

حب الدنيا والمال أحد مفاتن الدنيا وأعظمها ، لأن الحاجة إلى المال لا غنى عنه ، وإذا تم الحصول على المال فلا يسلم الإنسان من حصول الطغيان الذي يقود إلى الندم والخسران . المال لا يخلو من الفوائد والآفات . فوائده قد تبني الإنسان ، اما آفاته ، فهي مهلكة ، ولا يعرف ذلك إلا ذوي البصائر والدين ، الذين يعرفون كيف يتصرفون به وفق رضى الله وصلاح العامة والنفس .

قال الله تعالى : ﴿ إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ ﴾^(٥) .

وقال الرسول الكريم : «حب المال والشرف ينبتان النفاق كما ينبت

(١) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الأحياء : ج ٥ ص ٣٥١ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٦ ص ٢٣٣ .

(٣) كنز العمال : ج ٣ ص ٧٢٠ .

(٤) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الأحياء : ج ٦ ص ٣٩ .

(٥) سورة التغابن ، الآية : ١٥ .

الماء البقل»^(١).

٨ - ترك الجاه والرياء^(٢) :

قال الرسول ﷺ : «إِنَّ أَخَوْفَ مَا أَخَافُ عَلَى أُمَّتِي الرِّيَاءَ وَالشَّهْوَةَ الْخَفِيَّةَ»^(٣).

وقال الإمام علي عليه السلام : «ثلاث علامات للمرائي ، ينشط إذا رأى الناس ، ويكسل إذا كان وحده ، ويحب أن يحمد في جميع أموره»^(٤).
الرياء من الشهوات الخفية ، وهي من غوائل النفس وبواطن مكائدها ، ويبتلى بها الكثير من الناس الذين يحبون المدح والثناء والاطراء والاكرام والاحترام والإثارة بالطعام واللباس ؛ وهذا ما يقود إلى استحقار ترك المعاصي والهفوات ، والإستهانة بالطاعة والعبادات ، علماً بأن الجاه والرياء من مكائد الشيطان التي لا يسلم منها إلا الصديقون والمقربون .

٩ - ترك الكبر والعجب^(٥) :

قال الله تعالى : ﴿إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْتَكْبِرِينَ﴾^(٦).

وقال الرسول الأكرم ﷺ : «لا يدخل الجنة من كان في قلبه مثقال ذرة من كبر»^(٧) الكبر حجاب عن الجنة ، لأنه يحول بين العبد وبين المؤمنين ، لكون العبد لا يقدر على التواضع وكظم الغيظ ، وترك الحقد

(١) منية المريد : ص ١٥٦ .

(٢) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الأحياء : ج ٦ ص ١٠٦ .

(٣) أخرجه ابن ماجه تحت رقم ٤٢٠٥ .

(٤) الخصال : ص ١٢١ .

(٥) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الأحياء : ج ٦ ص ٢١١ .

(٦) سورة النحل ، الآية : ٢٣ .

(٧) الترغيب والترهيب للإصبهاني : ج ٣ ص ٥٦٦ .

والحسد والغضب ، وأداء النصح وقبول النصيحة .

١٠ - ترك الغرور^(١) :

قال الله تعالى : ﴿ فَلَا تَغُرَّنَّكُمُ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا وَلَا يَغُرَّنَّكُم بِاللَّهِ الْغُرُورُ ﴾^(٢) الغرور مصدر الشقاء والغفلة ، والمغرور هو الذي لم تنفتح بصيرته ليكون بهداية نفسه كفيلاً ، وبقي في العمى فأتخذ الهوى قائداً والشيطان دليلاً . الغرور مصدر أم الشقاوات ومنبع المهلكات ، فليحذر المؤمن من هذه الصفة الممقوتة التي تدخل الفساد إلى قلبه وروحه .

١١ - التوبة^(٣) :

قال الله تعالى : ﴿ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ ﴾^(٤) .
وقال الرسول ﷺ : «الندم توبة»^(٥) .

التوبة عبارة عن العلم والندم والقصد المتعلق بالترك في الحال والاستقبال والتلافي للماضي ؛ والتوبة أمر واجب على كل إنسان ذي بصيرة ، ويجب أن يقوم بها على الفور من دون تأجيل . وإن تكون التوبة عامة تشمل جميع الذنوب والمحرمات ، وإذا استجمعت التوبة شرائطها فهي مقبولة من قبل الخالق جل جلاله .

١٢ - الصبر والشكر^(٦) :

الإيمان نصفان : نصف صبر ، ونصف شكر .

(١) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٦ ص ٢٩٠ .

(٢) سورة لقمان ، الآية : ٣٣ .

(٣) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٧ ص ٣ .

(٤) سورة البقرة ، الآية : ٢٢٢ .

(٥) مستدرك الحاكم : ج ٤ ص ٢٤٣ .

(٦) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٧ ص ١٠٥ .

قال الإمام علي عليه السلام: «بني الإيمان على أربع دعائم: اليقين، والصبر، والجهاد، والعدل»^(١).

الصبر هو العمل بمقتضى اليقين، إذ اليقين يعرف الإنسان أن المعصية ضارة والطاعة نافعة، ولا يمكن ترك المعصية والمواظبة على الطاعة إلا بالصبر الذي يؤدي إلى التمسك بالدين وترك الهوى. الصبر نوعان: بدني، ونفسي. الصبر النفسي: هو الصبر عن مشتريات الطبع ومقتضيات أفضل الأشياء. والصبر البدني: هو تحمل الآلام والمشاق الجسمية. الشكر يتكون من علم وحال وعمل. أما العلم فهو معرفة النعمة من المنعم، والحال هو الفرح الحاصل بأنعامه، والعمل هو القيام بما هو مقصود المنعم ومحبوه، ويتعلق ذلك العمل بالقلب وبالجوارح واللسان.

١٣ - الخوف والرجاء^(٢):

هما جناحان يطير بهما المقرَّبون إلى كل مقام محمود، ووسيلتان إلى الآخرة لاجتياز العقبات. ولا يقود إلى قرب الرحمن من كان ثقیل الأخطاء والعثرات إلا الأمل والرجاء برحمة الله، ولا يصدُّ عن نار الجحيم والعذاب المقيم، مع كونه محفوفاً بلطائف الشهوات واللذات إلا سياط التخويف وسطوات التعنيف. الخوف: عبارة عن تألم القلب واحتراقه بسبب توقع مكروه في المستقبل.

قال الإمام علي عليه السلام: «إنما العالم الذي لا يقنط الناس من رحمة الله ولا يؤمنهم من مكر الله»^(٣).

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ١٨ ص ١٤٢.

(٢) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء: ج ٧ ص ٢٤٨.

(٣) الكافي: ج ١ ص ٣٦.

١٤ - الزهد^(١) :

إنصراف الرغبة عن الشيء إلى ما هو خير منه ، وكل من عدل عن شيء إلى غيره لرغبته فيه فحالته بالإضافة إلى المعدول عنه يسمى زهداً ، وبالإضافة إلى المعدول إليه يسمى رغبةً وحباً . فالزهد ترك الدنيا والإعراض عنها .

قال الرسول ﷺ : «إن أردت أن يحبك الله فازهد في الدنيا»^(٢) .

الزاهد من يغلب نفسه على ما تشتهي ويزجرها عن حب الدنيا وهي متعلقة بها ؛ ويكون دافعه في ذلك فكره وأمله في الكمال والسعادة . فالزهد ثورة على عبودية المادة وأن لا يصبح الإنسان عبداً لها .

قال الإمام علي عليه السلام : «وَأَلْفَيْتُمْ دُنْيَاكُمْ هَذِهِ أَزْهَدَ عِنْدِي مِنْ عَفْطَةِ عَنزٍ»^(٣) .

وقال : «الزهدُ ثروة»^(٤) .

١٥ - التقوى :

التقوى هي الوقاية ، والوقاية تعني الحذر والاحتراز والبعد والاجتناب . الإمام علي عليه السلام يعتبر التقوى حذراً وبعداً عن الشر وهي قوة روحية تتولد عند الإنسان من جراء تمرين النفس على الحذر من الذنوب ، فتجعل الإنسان يقدم على القيم الروحية ويحجم عن القيم المادية .

قال الإمام علي عليه السلام أوصيكم عباد الله بتقوى الله وطاعته ، فإنها النجاة

(١) بتصريف من كتاب المحجة البيضاء وفي تهذيب الإحياء : ج ٧ ص ٣١٣ .

(٢) أخرجه ابن ماجه تحت رقم ٤١٠٢ .

(٣) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١ ص ٢٠٢ .

(٤) روضة الواعظين : ٤٣٤ .

غداً والمَنْجاةُ أبداً»^(١) «فأتقوا اللهَ حَقَّ تُقَاتِهِ ، ولا تَمُوتُنَّ إلاَّ وانتم مسلمون»^(٢) .

١٦ - التوكل^(٣) :

منزل من منازل الدين ، ومقام من مقامات الموقنين ، بل هو من معالي درجات المقربين ، وهو غامض من حيث العلم ثم هو شافٍ من حيث العمل .

قال الله تعالى : ﴿وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾^(٤) .

وقال الرسول ﷺ : «ولو أنكم تتوكلون على الله حق توكله لرزقكم كما يرزق الطير تغدو خماصاً وتروح بطاناً»^(٥) .
والتوكل باب من أبواب الإيمان .

١٧ - الصدق والإخلاص^(٦) :

قال الله تعالى في كتابه الكريم : ﴿مِنَ الْمُؤْمِنِينَ رِجَالٌ صَدَقُوا مَا عَاهَدُوا اللَّهَ عَلَيْهِ﴾^(٧) .

وقال الإمام علي عليه السلام : «ما من عبد يخلص العمل لله تعالى أربعين يوماً إلا ظهرت ينابيع الحكمة من قلبه على لسانه»^(٨) .

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٩ ص ٢٣٨ .

(٢) المصدر السابق : ج ٧ ص ٢٤٨ .

(٣) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٧ ص ٣٧٧ .

(٤) سورة آل عمران ، الآية : ١٦٠ .

(٥) سنن الترمذي : ج ٩ ص ٢٠٧ .

(٦) بتصرف من المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٨ ص ١٠٣ .

(٧) سورة الأحزاب ، الآية : ٢٣ .

(٨) الكافي : ج ٢ ص ١٦ .

الإخلاص هو التقرب إلى الله من غير شائبة . أما الصدق فيستعمل في ستة معان : صدق في القول ، وصدق في النية والارادة ، وصدق في العزم ، وصدق في الوفاء بالعزم ، وصدق في العمل ، وصدق في تحقيق مقامات الدين كلها . ومن اتصف بالصدق في جميع ذلك فهو صديق .

١٨ - محاسبة النفس :

الحمد لله القائم على كل نفس بما كسبت ، المحاسب على النقيير والقليل والكثير من الأعمال وإن خفيت ؛ المتفضل بقبول طاعات العباد وإن صغرت ، المتطول بالعفو عن معاصيهم وإن كثرت ، وإنما يحاسبهم لتعلم كل نفس ما احضرت وتنظر في ما قدمت وأخرت .

قال الله في كتابه الكريم : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ﴾^(١) .

وقال الرسول الأكرم ﷺ : «أعبد الله كأنك تراه فإن لم تكن تراه فإنه يراك»^(٢) «حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا وزنها قبل أن توزنوا»^(٣) .

لذلك يجب على العبد أن يشارط نفسه أول النهار على التوصية بالحق وأن يكون له في آخر النهار ساعة يطالب النفس فيها ويحاسبها على جميع حركاتها وسكناتها ؛ كأداء الفرائض وتعذيب النفس ومعاقبتها وتوبيخها ومعاقبتها عند ارتكاب المعاصي .

١٩ - التفكير^(٤) :

كثر الحث في القرآن على التدبر والإعتبار والنظر والافتكار ، ولا

(١) سورة الحشر ، الآية : ١٨ .

(٢) النسائي ج ٨ ص ٩٨ .

(٣) الروضة للكليني : ص ١٤٣ .

(٤) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٨ ص ١٩٢ .

يخفى أن الفكر هو مفتاح الأنوار ومبدء الاستبصار، وهو شبكة العلوم ومصيدة المعارف والمفهوم ﴿وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا﴾^(١).

وقال الرسول ﷺ : «تفكر ساعة خير من عبادة سنة»^(٢).

وقال الإمام علي عليه السلام : «التفكر يدعوا إلى البر والعمل به»^(٣).

وأفضل التفكر هو التفكر في جلال الله وعظمته وكبريائه، وفي خلق الله عز وجل وآياته وما خلق في السموات والأرض، ومن تلك الآيات : خلق الإنسان من نطفة، ومن عرف نفسه عرف ربه كما قال القرآن الكريم : ﴿وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ﴾^(٤).

٢٠ - ذكر الموت^(٥) :

أما بعد فجدير بمن الموت مصرعه، والتراب مضجعه، والدود أنيسه، ومنكر ونكير جليسه، والقبر مقره، وبطن الأرض مستقره، والقيامة مواعده، والجنة أو النار مورده، أن لا يكون له فكر إلا في الموت، ولا ذكر إلا لأجله، ولا تطلع إلا إليه، ولا إنتظار وتربص إلا له. وليعلم الإنسان أن المنهمك في الدنيا، المكب على غرورها، المحب لشهواتها، يغفل قلبه لا محالة عن ذكر الموت، وإذا دُكر به كرهه ونفر منه، والناس إما منهمك، أو تائب مبتدئ، أو عارف متته، أما المنهمك فلا يذكر الموت، وأما التائب فإنه يكثر ذكر الموت، لينبعث به من قلبه الخوف والخشية، وأما العارف :

(١) سورة آل عمران، الآية : ١٩١.

(٢) البحار : الجزء الثاني من المجلد الخامس عشر ص ١٩٥.

(٣) الكافي : ج ٢ ص ٥٥.

(٤) سورة الذاريات، الآية : ٢١.

(٥) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٨ ص ٢٣٧.

فيذكر الموت دائماً ، لأنه الموعد للقاء الحبيب .

قال الرسول ﷺ : «تحفه المؤمن الموت»^(١) .

وقال الإمام علي عليه السلام : «وكفى بالموت واعظاً»^(٢)

العلاج الطبي ويشمل الجوانب التالية^(٣)

١ - العلاج بالأدوية :

يشمل العلاج بالأدوية : إعطاء الأدوية الملائمة للمريض بعد إجراء الفحوصات اللازمة والتشخيص الدقيق ، وهي مختلفة الأنواع والأسماء والأشكال .

٢ - العلاج بالصعق الكهربائي :

إن آلية الفعل بالصعق الكهربائي مجهولة ، ولكن يعتقد أنها تؤثر على استجابة النواقل العصبية الرئيسية في غشاء الخلية . هذا العلاج هو الأكثر فعالية في حوالي ٧٠٪ من حالات الأكتئاب الشديدة المترافقة مع الأوهام والهيلاج ؛ وكذلك في الحالات التي يمنع فيها استخدام مضادات الاكتئاب ، أو حالة عدم الاستجابة لتلك العلاجات .

٣ - استخدام الجراحة النفسية :

هذه الجراحة تجري في حالات معينة ، ولها مكان خاص متفق في

(١) مجمع الزوائد : ج ٢ ص ٣٢٠ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٩ ص ٢٨٣ .

(٣) current medical diagnosis and treatment page 1196

الحالات الشديدة من الاكتئاب والقلق المقاومين للأدوية .

٤ - المعالجة بالفيتامينات الكبرى :

إن فعالية هذه الطريقة تتم بواسطة إستخدام الحامض النيكوتيني أو النيكوتينامين لوحدهما أو كمعالجة مساعدة .

٥ - الوخز بالإبر والتنويم الكهربائي :

تستخدم هذه الطريقة في معالجة الاضطرابات العاطفية الفصلية ، وهي تتألف من : التعرض إلى مصدر ضوئي من (٢٥٠٠) لوكس من مسافة (٣) أقدام لمدة ساعتين يومياً في الصباح .

٦ - دخول المستشفى :

وهي الإقامة في مستشفى طبي عام من أجل معالجة الارتكاسات الكربية الحادة لموقف ما ؛ وكذلك معالجة المرضى المصابين باختلالات مرضية حادة لمدة محدودة ؛ ثم إخراجهم بعد التحسن .

٧ - المعالجة النفسية :

تحاول المعالجة النفسية أن تصنع مغزئاً واحساساً للمظاهر المشوشة في حياة المريض ؛ وأن تغير في تصرفات المريض ومواقفه الحياتية .

٨ - المقاربات الاجتماعية :

خلافاً للتقنيات النفسية التي تتعامل بشكل رئيسي مع الظواهر داخل النفس والمشاكل بين الأشخاص ، فإن المقاربة الاجتماعية في المعالجة النفسانية تحاول : أن تعدّل مواقف المريض وسلوكه ، عن طريق تبديل العوامل البيئية التي تساهم في سوء التكيف عند المريض ، وتشكّل العائلة والأصدقاء والجيران الدعم الإجتماعي الأساسي في معظم الحالات ، وإن

التقنيات السلوكية والنفسية المختلفة تستخدم دائماً في نطاق المقاربة الاجتماعية .

٩ - المعالجة عن طريق تجمعات المساعدة الذاتية :

حيث يعيش الفرد المصاب كامل وقته داخل المنظمة أو التجمع ويستمر بالاتصال مع الجماعة بعد مغادرة مكان التجمع .

١٠ - المقاربات السلوكية :

المعالجة السلوكية بنيت على نظريات تَعَلَّم الأحداث أو العمليات ، ويكون دور المعالج السلوكي هو أن يؤدي إلى تغيير في سوء التكيف عند المريض ، من خلال تحديد المشكلة والسلوك المستهدف والعوامل التي تلعب دوراً في تعجيل حدوثه أو بقاءه طويلاً ؛ وبعدها تقوم بالمحاولة من أجل تبديل هذه العوامل التي تعزز وجود هذا السلوك غير المرغوب ، وتتم بالطرق التالية :

أ - الاقتداء .

ب - الشروط الفاعلة .

ج - الشروط المنقّرة .

د - الإنطفاء .

هـ - إزالة التحسس .

و - التخيلات الانفعالية .

ز - الطوفان أو الانفجار الضمني .

ح - تمثيل الدور .

ط - تقنية الاسترخاء .

الاستعراف

قال الإمام علي عليه السلام :

«فَالْوَيْلُ لِمَنْ أَنْكَرَ الْمُقَدَّرَ وَجَحَدَ الْمُدَبِّرَ ، زَعَمُوا أَنَّهِمْ كَالنَّبَاتِ
مَالَهُمْ زَارِعٌ وَلَا لاختِلَافِ صُورِهِمْ صَانِعٌ ، وَلَمْ يَلْجَأُوا إِلَى حُجَّةٍ فِيمَا
ادَّعَوْا ، وَلَا تَحْقِيقٍ لِمَا ادَّعَوْا (أي حفظوا) وهل يكونُ بناءً من غيرِ بِنٍ
أَوْ جِنَايَةً مِنْ غَيْرِ جَانٍ»^(١) .

«ثُمَّ نَفَخَ فِيهَا مِنْ رُوحِهِ فتمثلت إنساناً ذا أذْهَانٍ يُجِيلُهَا ، وَفِكْرٍ
يَتَصَرَّفُ بِهَا ، وَجَوَارِحَ يَخْتَدِمُهَا ، وَأَدَوَاتٍ يُقَلِّبُهَا ، وَمَعْرِفَةٍ يَفْرُقُ بِهَا بَيْنَ
الْحَقِّ وَالْبَاطِلِ ، وَالْأَذْوَاقِ وَالْمَشَامِ ، وَالْأَلْوَانِ وَالْأَجْنَاسِ ، مَعْجُوناً بِطِينَةِ
الْأَلْوَانِ الْمُخْتَلِفَةِ ، وَالْأَشْبَاهِ الْمُؤْتَلِفَةِ ، وَالْأَضْدَادِ الْمُتَعَادِيَةِ ، وَالْأَخْلَاطِ
الْمُتَبَايِنَةِ ، مِنَ الْحَرِّ وَالْبَرْدِ ، وَالْبَلَّةِ وَالْجُمُودِ ، وَالْمَسَاءَةِ وَالسُّرُورِ»^(٢) .

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٣ ص ٥٦ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١ ص ٩٧ .

قال تبارك وتعالى في كتابه الكريم :

﴿وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِلْمُوقِنِينَ * وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصَرُونَ﴾^(١).

وقال الإمام علي عليه السلام :

«من عرف نفسه عرف ربه»^(٢).

وقال الإمام علي عليه السلام :

في خطبة الاشباح :

هُوَ الْقَادِرُ الَّذِي إِذَا ارْتَمَتْ الْأَوْهَامُ لِتُذْرِكَ مُنْقَطِعَ قُدْرَتِهِ ، وَحَاوَلَ
الْفِكْرُ الْمُبْرَأُ مِنْ خَطَرَاتِ الْوَسَاوِسِ أَنْ يَقَعَ عَلَيْهِ فِي عَمِيقَاتِ غُيُوبِ
مَلَكُوتِهِ ، وَتَوَلَّهَتْ الْقُلُوبُ إِلَيْهِ لِتَجْرِيَ فِي كَيْفِيَّةِ صِفَاتِهِ ، وَغَمَضَتْ
مَدَاخِلُ الْعُقُولِ فِي حَيْثُ لَا تَبْلُغُهُ الصِّفَاتُ لِتَنَاولَ عِلْمَ ذَاتِهِ ، رَدَعَهَا
وَهِيَ تَجُوبُ مَهَاوِي سُدُفِ الْغُيُوبِ مُتَخَلِّصَةً إِلَيْهِ سُبْحَانَهُ ، فَرَجَعَتْ إِذْ
جُبِهَتْ مُعْتَرِفَةً بِأَنَّهُ لَا يُنَالُ بِجَوْرِ الْإِعْتِسَافِ كُنْهَ مَعْرِفَتِهِ ، وَلَا تَخْطُرُ بِبَالِ
أُولَى الرُّوِيَّاتِ خَاطِرَةٌ مِنْ تَقْدِيرِ جَلَالِ عِزَّتِهِ . الَّذِي ابْتَدَعَ الْخَلْقَ عَلَى
غَيْرِ مِثَالٍ امْتَثَلَهُ ، وَلَا مِقْدَارٍ اخْتَدَى عَلَيْهِ ، مِنْ خَالِقٍ مَعْبُودٍ كَانَ قَبْلَهُ ،
وَأَرَانَا مِنْ مَلَكُوتِ قُدْرَتِهِ ، وَعَجَائِبِ مَا نَطَقَتْ بِهِ آثَارُ حِكْمَتِهِ وَأَعْتَرَفَ
الْحَاجَةِ مِنَ الْخَلْقِ إِلَى أَنْ يُقِيمَهَا بِمَسَاكِ قُوَّتِهِ ، مَا دَلَّنَا بِاضْطِرَارِ قِيَامِ
الْحُجَّةِ لَهُ عَلَى مَعْرِفَتِهِ ، فَظَهَرَتْ فِي الْبَدَائِعِ الَّتِي أَحْدَثَهَا آثَارُ صُنْعَتِهِ ،
وَأَعْلَامُ حِكْمَتِهِ ، فَصَارَ كُلُّ مَا خَلَقَ حُجَّةً لَهُ وَدَلِيلًا عَلَيْهِ . وَإِنْ كَانَ خَلْقًا

(١) سورة الذاريات ، الآيات : ٢٠ - ٢١ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٢٠ ص ٢٩٢ .

صَامِتًا ، فَحُجَّتُهُ بِالتَّذْيِيرِ نَاطِقَةً ، وَدَلَالَتُهُ عَلَى الْمُبْدِعِ قَائِمَةٌ^(١)

وقال الإمام الحسين عليه السلام :

«الحمد لله الذي ليس لِقضائه دافعٌ ، ولا لِعطائه مانعٌ ، ولا كَصْنَعِهِ صُنْعٌ صَانِعٌ ، وهو الجواد الواسعُ ، فطرَ أجناسَ البدائعِ ، وأتقنَ بحكمته الصُّنَائِعِ فَسُبْحَانَكَ سُبْحَانَكَ مِنْ مُبْدِيٍّ مُعِيدٍ حَمِيدٍ مَجِيدٍ ، تَقَدَّسَتْ أَسْمَاؤُكَ ، وَعَظُمَتْ آلَاؤُكَ ، فَايُّ نِعَمِكَ يَا إِلَهِي أَحْصِي عَدَدًا وَذِكْرًا ، أَمْ أَيُّ عَطَايَاكَ أَقْرَمُ بِهَا شُكْرًا..... مَا حَوَتْهُ شِرَاسِيْفُ أَضْلَاعِي وَحِقَاقُ مَفَاصِلِي ، وَقَبْضُ عَوَامِلِي ، وَأَطْرَافُ أَنَامِلِي ، وَلَحْمِي وَدَمِي ، وَشَعْرِي وَبَشْرِي ، وَعَصَبِي وَقَصَبِي ، وَعِظَامِي وَ مَخْيِي وَغُرُوقِي وَجَمِيعُ جَوَارِحِي»^(٢).

وقال الإمام الصادق عليه السلام :

«يا مفضل اعتبر: لم لا يتشابه الناس الواحد بالآخر كما تتشابه الوحوش والطيور»^(٣).

وقال الشاعر أبو العتاهية :

فوا عجباً كيف يُعصى الإلهُ أم كيف يجحدُ الجاحِدُ
وفي كل شيء له آيةٌ تدل على أنه واحدٌ
صدق الله العظيم وصدق رسول الكريم ، وصدق وصيه أمير المؤمنين صلوات الله عليهم .

ربنا آمنا بما أنزلت إلينا على لسان رسولك الأمين فاكتبنا مع الشاهدين ، آمنا بقدرتك ورحمتك يا عزيز يا وهاب .

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٦ ص ٤٠٦ .

(٢) من دعاء الإمام الحسين عليه السلام يوم عرفة .

(٣) توحيد المفضل للإمام الصادق عليه السلام : ص ٨٧ .

أما بجميع آياتك التي ندركها والتي لا ندركها بعقولنا المحدودة .
أما بحكمتك التي أحسنت خلقنا وابدعت صنعنا وصورتنا بأحسن
تصوير ، فكل شيء جعلته فينا يدل على معجزك وآياتك وجلالك
وعظمتك التي أودعتها الإنسان بلطفك وتديرك .

آيات لا تحصى ، ونعم لا تعد ، ورحمة لا تنقطع من حنانك ومنك ،
لأنك رؤوف رحيم ، عطوف كريم ، نشكرك يا الهي على جميع الطافك ،
ونحمدك على كثير نعمائك التي أنعمت بها علينا حين ميزتنا وكرمتنا عن
سائر المخلوقات بالعقل والمنطق ، وجعلت لنا خواص وعلامات وشواهد
لا يتشابه بها إثنان مهما كثر العدد واختلفت الأشكال والأسماء .

إن لطفك يا وهّاب يدل على عظيم شأنك وعلمك وواسع رحمتك
«يا مصوّر ، يا مقدّر ، يا مدبّر ، يا مطهر ، يا منور ، يا ميسّر ، يا خالق ،
يا رزاق ، يا خالق ، يا صادق ، يا من في السماء عظمته ، يا من في الأرض
آياته ، يا من في السماء دلائله ، يا من أظهر في كل شيء لطفه ، يا من
أحسن كل شيء خلقه»^(١) .

هذه المعاجز العجيبة والصفات الوحيدة والخواص الفريدة ، كانت
ولا تزال تبهر العلماء والعقلاء ذوي النفوس الطاهرة والعقول الزاهرة ،
الذين يؤمنون بالغيب ، ووحداية الخالق ، وبديع صنعه ، وجلال حكمته ،
ووسيع رحمته التي وسعت كل شيء ، فسبحان الرحمن الرحيم ، اللطيف
الكريم ، السميع العليم ، منبع الخير وعين المعرفة الذي يعطي من سأله
ومن لم يسأله تحنناً منه ورحمة ، فله الشكر والحمد ، شكراً لا ينتهي

(١) من دعاء الجوش الكبير .

وحمداً لا ينقضي على عطائه الجميل وخيره الجزيل ، الذي جعل للانسان مميزات وعلامات تميزه عن الآخرين ، وتدل بخشوع على عطاء رب العالمين .

إن المستقبل سيكشف لنا المزيد من عجائب صفات الانسان وخلقه ، فليتعض الجاحدون الذين قال فيهم أمير المؤمنين عليه السلام : «فالويل لمن أنكر المَقْدُر وجحد المدبّر» .

العلم الحديث أثبت في وقتنا الحاضر أن البشر يتميز الواحد منهم عن الآخر بعلامات دقيقة وثابتة ، يمكن من خلالها التعرف على هوية الإنسان حتى وإن حاول الهرب أو الاختفاء أو الكذب . من هذه العلامات :

اللون

قال الله تعالى : ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ خَلْقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ أَلْوَانِكُمْ وَالْوَانِكُمْ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِلْعَالَمِينَ﴾^(١) .
وقال الإمام علي عليه السلام :

«معجوناً بطينة الألوان المختلفة»

في عصرنا الحاضر أظهرت الدراسات الحديثة أن لكل إنسان لون بشرة خاص به يميزه عن بقية الناس بالرغم من وجود مليارات البشر الذين يعيشون في مختلف بقاع العالم تحت ظروف جوية مختلفة وينحدرون من أجناس متعددة ؛ وهذا ما دفع العلماء إلى اكتشاف جهاز خاص يمكنه بلحظات تمييز بشرة الإنسان والتعرف على هويته الحقيقية .

الصورة والشكل

لاحظ علماء الطب العدلي وأخصائي الإجرام في مناطق كثيرة من العالم: بأن صورة وشكل وجه الإنسان تختلف من مخلوق إلى آخر، ولا يمكن تطابق صورة أحدهم حتى لو قورنت مع ملايين الصور البشرية. هذه المعجزة الإلهية تدل على عظمة الصانع الذي أشار إليه الإمام علي عليه السلام حين قال: «زعموا أنهم كالنبات ما لهم زارع ولا لاختلاف صورهم صانع».

الصوت

من الآيات الإلهية الأخرى اختلاف أصوات الناس، إذ وجد بالتجربة والحس أن الأوتار الصوتية لكل إنسان تصدر عنها ذبذبات صوتية خاصة لا تماثلها ذبذبات أخرى حتى وإن قورنت مع مليارات الأصوات البشرية. هذه الميزة ساعدت على التعرف على صاحب الصوت في كثير من الحالات التي تطلبت ذلك، الجميع يلاحظ بأنه يمكن تمييز صوت الإنسان والتعرف عليه حتى وإن كان بعيداً أو وسط الظلام.

صيوان الإذن

أظهرت الدراسات الحديثة التي قام بها الباحثون والأطباء بأن شكل واستدارات والتواءات وتجاعيد صيوان إذن الإنسان لا تتشابه من شخص لآخر، وأن لكل إنسان صيوان إذن خاص به لا يماثل حتى وإن تم مقارنته مع ملايين الأذان البشرية. هذه الحقيقة الظاهرة للعيان تدل بوضوح على

قدرة الخالق الذي أتقن هندسة هذا الصيوان وجعله من المعاجز البشرية .

رائحة الجسم

منذ زمن طويل توجه العلماء والمتخصصون في حقل الإجرام إلى حقيقة وظاهرة هامة وهي أن لكل إنسان رائحته الخاصة التي تميزه بجلاء لا يقبل الشك عن الآخرين ، هذه الخاصية الالهية أستخدمت قبل عشرات السنين للتعرف على هوية القتلى والمجرمين والمفقودين والمخطوفين ؛ من قبل الكلاب البوليسية المدربة التي تتمتع بحاسة شم قوية قادرة على ملاحقة ومعرفة مصدر الرائحة لمسافات طويلة ولعدة أيام بعد انقضاء الحادث ؛ مما يدل على أن لكل مخلوق كائن رائحة خاصة تميزه عن البقية ، هذه الرائحة تبقى في الأجواء لمدة لا بأس بها بالرغم من كثرة الناس وتشابك الروائح والرياح .

حامض D. N . A

في الوقت الحاضر وبعد أن تطورت الأجهزة الحديثة واكتشف المجهر الإلكتروني ؛ تمكن العلماء من الإطلاع على تركيب وعمل الخلية الإنسانية الذي يبهر العقل ويجلب النظر ؛ فقد وُجِدَ أن أحد مكوناتها هو حامض D. N . A إلا أن الشيء المدهش والعجيب الذي حير العلماء هو أن هذا الحامض يختلف في شكله وهندسته من شخص لآخر ولا يمكن أن يوجد في هذا الكون شخصان يحملان نفس المواصفات الموجودة لهذا الحامض في الخلايا . هذه الحقيقة التي توصل إليها العلماء أفادت الطب العدلي ومسؤولي مكافحة الإجرام فائدة قصوى ؛ لأن صفات هذا الحامض

تبقى في جميع خلايا البدن حتى ولو بقيت قطعة صغيرة سالمة من البدن ، على العكس من بقية علامات الاستعراف الأخرى التي تزول وتختفي نتيجة التفسخ الذي يحصل في الجثث كالبصمات وغيرها . هذا الاكتشاف اعتبر قفزة علمية في علم التشخيص والاستعراف الذي له فوائد جمة في الكثير من قضايا الإجرام المعقدة .

بصمات الأصابع

قال الله جل وعلا في كتابه الكريم :

﴿بَلَىٰ قَادِرِينَ عَلَىٰ أَنْ نُسَوِّيَ بَنَانَهُ﴾^(١) .

يحتوي جلد أصابع الأيدي والأقدام على إنشاءات دقيقة تشكل ارتفاعات وانخفاضات خطية تأخذ أشكالاً مختلفة . تتكون هذه الإنشاءات في الشهر السادس من الحمل ولا يطرأ عليها أيّ تبدل بعد الولادة ، وتبقى بعد الوفاة حتى تتفسخ الجثة .

تختلف أشكال بصمات لب الأصابع من شخص لآخر لدرجة أن احتمال وجود بصمتين متشابهتين تماماً عند شخصين من سكان العالم بعيد جداً ويقدر بواحد بين (٦٤) مليار .

إن الاستعراف بالبصمات هو من أسهل وأسرع وأرخص طرق الفحص والتعرف في جميع أرجاء العالم ؛ ويعتبر من وسائل الاستعراف الأكيدة والناجحة التي لا يمكن أن ينجو أو يتهرب منها أحد ؛ وصدق الباري حين قال : ﴿بَلَىٰ قَادِرِينَ عَلَىٰ أَنْ نُسَوِّيَ بَنَانَهُ﴾ .

الشعر

يعتبر شعر الإنسان أحد وسائل الاستعراف في الوقت الحاضر، ويتميز بعدد من الصفات التي يسهل بواسطتها معرفة لمن يعود هذا الشعر؛ حتى وإن فحصت منه ملايين الأنواع.

تتألف بشرة شعر الإنسان من طبقة واحدة أو أكثر من الخلايا التي يتراكب بعضها فوق بعض بشكل تبدو معه حوافي الشعرة مستقيمة ومنتظمة، أما قشرة الشعرة فهي عريضة تشكل القسم الأعظم من قطر الشعرة وفيها حبيبات صباغية دقيقة جداً؛ ويتصف شعر الإنسان بأن الصباغ الموجود فيها غير متجانس في طولها حيث تبدو بعض أقسامه شديدة اللون بينما تكون الأقسام الأخرى قليلة؛ كما وتتميز بمقطعها البيضي الشكل أو المدور، أما مقطع شعر الذقن والشارب، فيكون مثلث الشكل، بينما يكون مقطع شعر العانة بيضياً متطاولاً.

علوم البيئة والحيوان

قال الإمام علي عليه السلام :
«وَاتَّقُوا اللَّهَ فِي عِبَادِهِ وَبِلَادِهِ فَإِنَّكُمْ مَسْئُولُونَ حَتَّى عَنْ
الْبِقَاعِ وَالْبَهَائِمِ»^(١)

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ٩ ص ٢٨٨.

قال الإمام علي عليه السلام :

نَحْنُ شَجَرَةُ النُّبُوَّةِ ، وَمَحَطُّ الرِّسَالَةِ ، وَمُخْتَلَفُ الْمَلَائِكَةِ ، وَمَعَادِنُ الْعِلْمِ ، وَتَنَابُيعُ الْحُكْمِ ^(١) .

الإمام علي عليه السلام باعتباره وصي رسول الله ﷺ والهادي من بعده أكد في كلمته هذه على أن رعاية الموازين البيئية وصيانة الثروة الحيوانية هي مسؤولية الجميع ، ويجب الالتزام والعمل بها والإشراف على صيانتها ، وهذه المسؤولية تشمل جميع المسلمين المؤمنين بالشرعة المحمدية .

إن المسؤولية من الناحية الشرعية تتطلب من الفرد المسلم الالتزام بالأوامر والتعليمات التي يصدرها الولي المدرك للمصلحة البشرية والإسلامية والاجتماعية والفردية . هذا الالتزام الذي تميله المصلحة العامة ضروري ونافع للناس من الناحية الاقتصادية والمالية والصحية ؛ خصوصاً وهو صادر عن وصي رسول الله ﷺ الذي علمه شديد القوى ، اللطيف بعبادة الخبير بحاجة وصلاح خلقه .

قال الإمام علي عليه السلام :

تَاللَّهِ لَقَدْ عَلَّمْتُ تَبْلِيغَ الرُّسَالَاتِ ، وَإِتِمَامَ الْعِدَاتِ وَتِمَامَ الْكَلِمَاتِ ، وَعِنْدَنَا - أَهْلَ الْبَيْتِ - أَبْوَابُ الْحُكْمِ ، وَضِيَاءُ الْأَمْرِ ^(٢) .

من كل ما تقدم نستنتج أن خطاب الإمام علي عليه السلام هو الزام شرعي وعقلي يقع على عاتق كل مسلم ومسلمة تهمة المصلحة العامة التي تهدف إلى الحفاظ على سلامة الإنسان والبيئة بجميع مكوناتها وموجوداتها .

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٧ ص ٢١٨ .

(٢) المصدر السابق : ج ٧ ص ٢٨٨ .

في مطلع فجر الإسلام حينما كان سكان العالم لا يتجاوزون عدة ملايين ، يعيشون الحياة البدائية من دون ضوضاء وتلوث ، صرح بطل الإسلام ، حامل العلوم المحمدية الإمام علي عليه السلام الذي كان يعيش في الجزيرة العربية حيث الصحاري والقفار ولا يتجاوز نفوسها عدة آلاف : بأن المحافظة على الأرض ، والبيئة ، والحيوانات ، ضرورة اجتماعية ودينية .

هذه الحقيقة نابعة من الارتباط الوثيق والمباشر بين تلك العوامل وسلامة وصحة الإنسان الذي يعيش وسطها .

إن كل بقعة من بقاع الأرض لها مزايا وثوابت ومتطلبات بيئية يجب رعايتها وأخذها بعين الاعتبار ؛ لكي لا تتعرض المقومات البيئية لتلك البقعة للخطر ، وبالتالي تؤثر على سلامة جميع الموجودات ، بسبب الترابط الوثيق بين البيئة والمخلوقات التي تعيش وسطها ، وأن أي اختلال في الموازنة البيئية بين أحد الاطراف سيؤثر على الطرف الآخر ، بحيث تصاب الرابطة التعايشية بخلل كبير ، يفقدها الكثير من خواصها وطبيعتها ، ليفتح الطريق أمام العديد من المشاكل التي تجعلها ضعيفة متقطعة تستحللها الصعوبات والأمراض الروحية والعضوية .

الحيوانات بمختلف أنواعها واسماؤها هي أحد أطراف المعادلة التي تتأثر بالتغيرات البيئية التي أوجدها الإنسان خلال حياته اليومية ؛ لهذا يجب مراعاة كافة الظروف البيئية لجميع الحيوانات ؛ خصوصاً التي تفيد الانسان ، لكي نحافظ على أنفسنا من الأخطار المحتملة ، من جراء الإهمال المتعمد أو غير المتعمد .

المخلوقات المجهرية كالفيروسات والبكتريا تأثرت بالتحولات البيئية ، بالأخص في السنين الأخيرة ، حيث تحول قسم منها الى موجودات

مرضية مفترسة تهاجم الإنسان والحيوان على السواء ؛ وتصيبه بأمراض متنوعة ، منها البسيط والخطير ، فقد لوحظ تحول فايروس الأيدز وأبويولا وبكتريا الليجيونلا من حالة السكون إلى حالة المرض ؛ الذي حصد ملايين الناس في كافة أنحاء العالم ، ولا يزال الجميع يحاول المستحيل للوقوف بوجه هذه الكارثة الصحية .

من كل ما تقدم نستخلص أنّ المحافظة على البيئة هي مسؤولية الجميع ولا يستثنى منها أحد ، حيث أكد الإمام عليه السلام على هذه الناحية من خلال تحميله المسؤولية لجميع الناس ، وأن هذه المسؤولية تشمل جميع البقاع التي يوجد ويتنعم فيها الانسان والحيوان .

البيئة

تعتبر البيئة المشكلة الرئيسية التي تواجه البشرية في الوقت الحاضر بالأخص بعد الازدياد السكاني ، والثورة الصناعية وكثرة المعامل ، وسرعة الحركة ، وازدياد الاختلاط ، وكثرة الآليات والمركبات المستعملة كالسيارات وغيرها ، وتوسع المدن ، حيث أصبحت الحاجة ماسة إلى وضع الأسس العلمية والعملية والصحية التي تحافظ على سلامة البيئة وتنظمها وتحفظها من الأخطار والتلوث والتدهور ؛ وهذا الأمر يتطلب وجود كادر متخصص لمراقبة البيئة وحمايتها ، كي تبقى بيئة صالحة تلائم الإنسان وتتماشى مع متطلباته وصحته وقدراته المالية ؛ بيئة خالية من عوامل التلوث ، سليمة ، مناسبة ، تحفظ العلاقة والرابطة الحياتية بين الإنسان وسائر الموجودات على سطح الكرة الأرضية ، بل وحتى الأجواء المحيطة بالأرض والتي لها علاقة وثيقة بمقومات الحياة ؛ كطبقة الأوزون والأمطار الحامضية التي

تولدت نتيجة زيادة كميات الغازات السامة المنبعثة من الأرض .
 إن الزيادة السكانية وما تخلفه من فضلات وتلوث تتطلب منا بذل
 الجهد اللازم والكافي لدراسة المشاريع الزراعية والصناعية والحيوانية قبل
 تأسيسها ؛ والتأكد من وجود الوسائل الكافية لتصريف مخلفاتها . والعقل
 والمنطق يطلب منا بذل جهوداً كبيرة لخلق بيئة صحية تنظم بدقة العلاقة
 بين جميع الموجودات ؛ وهذا يتطلب منا بناء المقومات الأساسية للبيئة التي
 نسعى ونتطلع إليها ، كي نحافظ على سلامتنا وصحتنا .

مقومات البيئة

- ١ - توفير المياه الصالحة للشرب والاستعمالات الأخرى .
- ٢ - التخلص الصحيح والمبرمج للفضلات الناتجة عن الإنسان والحيوان والطبيعة .
- ٣ - توفير الغذاء الصحي ، الكافي والمتوازن للإنسان والحيوان .
- ٤ - القضاء على الحشرات الضارة والهوام .
- ٥ - وضع الدراسات اللازمة لحماية البيئة من أسباب التلوث الهوائي والبيئي ، الناجم من المعامل والمبيدات المختلفة .
- ٦ - السكن الجيد وتخطيط المدن وفق المتطلبات العصرية .
- ٧ - القضاء على الأمراض الإنسانية والحيوانية المعدية التي تهدد حياة الإنسان والحيوان .
- ٨ - حماية النبات والمراتع من التلف .
- ٩ - حماية مصادر المياه من التلوث .
- ١٠ - العناية بالحيوانات صحياً وغذائياً .

- ١١ - حماية طبقة الاوزون من التلف .
- ١٢ - التعامل العلمي والعملي مع الكوارث الطبيعية .
- ١٣ - وضع الدراسات اللازمة التي تحمي البيئة من التلوث والدمار .
- ١٤ - التثقيف الصحي والبيئي لمختلف قطاعات المجتمع كي يتحسسوا ويدركوا أهمية وخطورة البيئة على الحياة البشرية .

الحيوانات أو البهائم

الحيوانات أنواع ، منها : الأليفة ، ومنها : الوحشي ، بعضها يؤكل ، والبعض الآخر لا يؤكل ، ولكن بشكل عام نلاحظ أنَّ الإنسان في تماس وارتباط دائم ومباشر مع الحيوانات ؛ تارة عن طريق تناول لحومها وتارة بواسطة تربيتها ، فهو معرض بصورة مباشرة وغير مباشرة للإصابة بالأمراض المختلفة التي تصيب الحيوان والإنسان . وبما أن هذا التماس حتمي وموجود وتفرضه واقعية التعايش المصلحي والبيئي ؛ لذا يجب على الإنسان أن يهتم بتربية تلك الحيوانات ، لكونها ضرورية ويستفاد من لحومها ولبنها وجلودها ووبرها ؛ إضافة إلى استخدامها في أغراض شتى . قال الله تعالى : ﴿وَالْأَنْعَامَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ وَمَنَافِعُ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ * وَلَكُمْ فِيهَا جَمَالٌ حِينَ تُرِيحُونَ وَحِينَ تَسْرَحُونَ * وَتَحْمِلُ أَثْقَالَكُمْ إِلَىٰ بَلَدٍ لَّمْ تَكُونُوا بِالْغِيهِ إِلَّا بِشَقِّ الْأَنْفُسِ إِنَّ رَبَّكُمْ لَرؤُوفٌ رَّحِيمٌ﴾^(١) .

لتلك الأسباب نهنا الإمام عليه السلام وخاطبنا لتحمل مسؤولية الحفاظ على تلك الثروة الكبيرة التي تنفع الإنسان وتسد بعض احتياجاته .

إن أحد وسائل حماية الحيوانات هو القيام بحملات لقاح دورية ، وتوفير المكان النظيف والملائم لسكنها ومعيشتها ، وبذلك يزداد الإنتاج ، ويتضاعف العدد ، وتقل الإصابات بالأمراض المشتركة .

الخلاصة إن الإمام عليه السلام أراد في كلامه الشريف توضيح الرابطة القوية بين الإنسان والبيئة ، وبين الإنسان والحيوان . هذه الالتفاتة الكريمة تعتبر اليوم ركناً مهماً من أركان الصحة العامة وضرورة حياتية لا بُدَّ منها ، ولتوضيح الغرض من كلام الإمام عليه السلام نستعرض بايجاز بعض الأمراض الحيوانية والأمراض المشتركة التي تصيب الإنسان والحيوان .

الأمراض التي تصيب الحيوانات

أمراض الحيوان الفيروسية :

١ - الأمراض الفيروسية التي تتميز بتسمم دموي فيروسي ، مثل :

أ - طاعون الخيل (له علاقة بالإنسان) .

ب - الحمى الزائلة (مرض الثلاثة أيام) مرض معدي (له علاقة

بالإنسان) .

٢ - الأمراض الفيروسية التي تتميز بأعراض هضمية ، مثل :

أ - الحمى القلاعية . تصيب الحيوانات ذات الظلف و(له علاقة

بالإنسان) .

ب - الطاعون البقري .

ج - الإسهال الفيروسي البقري .

د - الحمى الرشحية الخبيثة .

هـ - مرض اللسان الأزرق (الحمى القلاعية الكاذبة) .

- و - طاعون القحط (التهاب الأمعاء المعدي في القحط).
- ٣ - الأمراض الفيروسية التي تتميز بأعراض تنفسية ، مثل :
- أ - التهاب الأنف والرغامى المعدي في الإبقار .
- ب - إنفلونزا الخيول .
- ج - التهاب الأنف والرئة الفيروسي في الخيول (الإجهاض الوبائي في الخيول) .
- د - التهاب الرئة المعدي في الخيول .
- ٤ - الأمراض الفيروسية التي تتميز بأعراض عصبية مثل :
- أ - مرض السعار في الكلاب (له علاقة بالإنسان) .
- ب - داء الوثب (التهاب الدماغ والنخاع الشوكي في الأغنام) .
- ج - مرض النوم (التهاب الدماغ والنخاع الشوكي في الخيول) (له علاقة بالإنسان) .
- د - مرض جنون البقر .
- ٥ - الأمراض الفيروسية التي تتميز بآفات جلدية كمرض الجدري الذي يصيب معظم الحيوانات والطيور والإنسان ، مثل :
- أ - مرض جدري البقر .
- ب - مرض جدري البقر الكاذب .
- ج - مرض جدري الخيول .
- د - مرض جدري الجمال .
- هـ - مرض جدري الأغنام .
- و - التهاب الجلد البشري الساري (الأكزيما السارية) . مرض يصيب البقر والأغنام والماعز والإنسان .

أمراض الحيوان الطفيلية :

الأمراض التي تسببها وحيدات الخلية ، مثل :

أ - داء الكمثرات وتنقسم إلى قسمين :

١ - حمى البول الدموي .

٢ - الحمى الساحلية .

ب - الإصابة بمرض الأنابلزما .

ج - الإصابة بمرض التريبانوزوميايز .

د - داء الليشمانيا .

هـ - داء الكوكسيديا .

أمراض الحيوان الديدانية :

هذه الأمراض تصيب الإنسان والحيوان ، مثل الأغنام والماعز والأبقار

والجمال والخيول والخنازير :

١ - داء الوريقات الكبدية .

٢ - داء الديدان المثقوبة .

٣ - الإصابة بالديدان الشريطية .

أمراض الحيوان الجرثومية :

١ - أمراض الضرع .

٢ - أمراض المواليد الحديثة :

أ - إسهال العجول الأبيض .

ب - دفترية العجول .

- ج - التهاب السرة في العجول .
- د - تقيح الدم في الحملان .
- هـ - التهاب السرة في الأمهار .
- ٣ - الأمراض التي تسببها العصيات الوتدية والشعريات الحمروية :
 - أ - السل الكاذب .
 - ب - التهاب الكلى في الأبقار .
 - ٤ - مرض خناق الخيل .
 - ٥ - البرفية النزفية .
 - ٦ - مرض الدوران .
 - ٧ - الحمى الفحمية (مرض الطحال) .

أمراض الحيوان المطيئة :

- ١ - مرض الكزاز .
- ٢ - التسمم الوشيقي (التسمم الغذائي) .
- ٣ - أمراض التديفن الدموي المعوي .
- ٤ - دزنتريا الحملان .
- ٥ - مرض تلبب الكلى .
- ٦ - الجمرة العرضية .
- ٧ - الودمة الخبيثة .
- ٨ - التهاب الكبد التقيحي .
- ٩ - الإصابة بمرض السل .
- ١٠ - الإصابة بمرض نظير السل .
- ١١ - الأمراض التي تسببها السالمونيلا والجراثيم المغزلية .

- أ - مرض التيفوئيد .
- ب - التهاب الكبد القيحي .
- ج - تعفن الأظلاف في البقر .

الأمراض المشتركة التي تصيب الحيوان والإنسان الأمراض الفيروسية والكلاميديا :

- ١ - مرض الأكثيما المعدية .
- ٢ - مرض جذري البقر .
- ٣ - مرض جذري الجمال .
- ٤ - مرض الجذري المعروف .
- ٥ - مرض الأنفلونزا .
- ٦ - مرض لوبينجك .
- ٧ - الإصابة بمرض فيروس B .
- ٨ - مرض داء الكلب .
- ٩ - مرض الساييتاكوزس .
- ١٠ - الحمى النزفية الأفريقية .
- ١١ - مرض ايولا .
- ١٢ - مرض جنون البقر .

الأمراض البكتريولوجية :

- ١ - مرض الجمرة الخبيثة .
- ٢ - مرض التيفوئيد .
- ٣ - مرض البكتريا العنقودية .

- ٤ - مرض الكولي باسيلوزس .
- ٥ - مرض البكتريا المسبحية .
- ٦ - مرض السل .
- ٧ - مرض فبريوزس .
- ٨ - مرض باسترلوزس .
- ٩ - مرض الكزاز .
- ١٠ - مرض لبيتو سبايروزس .
- ١١ - مرض حمى مالطة أو الحمى المتموجة .
- ١٢ - مرض غلاندريز .
- ١٣ - مرض التولاريميا .
- ١٤ - مرض حمى كيو .

الأمراض الديدانية :

- ١ - مرض التوكسو بلاسموزس .
- ٢ - مرض الأكياس المائية .
- ٣ - مرض ديكروسوليوزس .
- ٤ - مرض الليشمانيا .
- ٥ - مرض الملاريا .
- ٦ - مرض الترايكيينوزس .
- ٧ - مرض بيرو بلاسموزس .

النفس والروح وسكرات الموت

قال الإمام علي عليه السلام :

«وَأَنِّي لَعَلَى بَصِيرَةٍ مِّنْ نَّفْسِي ، وَيَقِينٌ مِّنْ رَبِّي»^(١) .
«وَالسَّعِيدُ مَنَ وَعِظَ بغيرِهِ ، وَالشَّقِيُّ مَنَ انخدَعَ لِهَوَاهُ وَغُرُورِ»^(٢) .
«فَإِنَّكُمْ لَوْ قَدْ عَايَشْتُمْ مَا قَدْ عَايَنَ مَن مَاتَ مِنْكُمْ ، لَجَزَعْتُمْ
وَوَهَلْتُمْ ، وَسَمِعْتُمْ وَأَطَعْتُمْ ، وَلَكِن مَّحْجُوبٌ عَنْكُمْ مَا قَدْ عَايَنُوا ،
وَقَرِيبٌ مَا يُطْرَحُ الْحِجَابُ»^(٣) .
«فَبَادِرُوا الْمَعَادَ وَسَابِقُوا الْأَجَالَ ، فَإِنَّ النَّاسَ يُوشِكُ أَنْ يَنْقَطَعَ بِهِمُ
الْأَمَلُ ، وَيَرَهَقَهُمُ الْأَجَلُ ، وَيُسَدَّ عَنْهُمْ بَابُ التَّوْبَةِ»^(٤) .
«فَلَمَّ يَزَلِ الْمَوْتُ يُبَالِغُ فِي جَسَدِهِ حَتَّى خَالَطَ سَمْعَهُ ، فَصَارَ بَيْنَ
أَهْلِهِ لَا يَنْطِقُ بِلِسَانِهِ ، وَلَا يَسْمَعُ بِسَمْعِهِ ، يُرَدِّدُ طَرْفَهُ بِالنَّظَرِ فِي
وُجُوهِهِمْ ، يَرَى حَرَكَاتِ أَلْسِنَتِهِمْ ، وَلَا يَسْمَعُ رَجَعَ كَلَامِهِمْ»^(٥) .

(١) شرح نهج البلاغة لمحمد عبده : ج ٣ ص ١٢٠ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٦ ص ٣٥٣ .

(٣) المصدر السابق : ج ١ ص ٢٩٨ .

(٤) المصدر السابق : ج ١٠ ص ١١٦ .

(٥) المصدر السابق : ج ٧ ص ٢٠١ .

قال الإمام علي عليه السلام :

«وَأَنَا لَعَلَى بَصِيرَةٍ مِنْ نَفْسِي ، وَيَقِينُ مِنْ رَبِّي»^(١) .

الإمام علي عليه السلام الوصي الأمين ، والهادي المعين ، وصاحب اليقين ، وحبل الله المتين ، يعلن بقلب عابد ومؤمن زاهد ، بأنه على إدراك كامل ببصيرة نفسه ، ويقين ثابت بحقيقة ربه ، وهو القائل : والله لو كشف لي الغطاء لما إزددت يقيناً ، وهو الذي قال فيه رسول الله ﷺ : «لم يعص الله طرفة عين» .

الإمام علي عليه السلام حمل أعباء الوصاية وسار بها وفق كتاب الله ومنهج رسوله الكريم ؛ لم تأخذه في الحق لومة لائم ، هدفه السامي الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر ، وسلوك الطريق المستقيم الذي يرتضيه الله ، فكان بحق خير من بلغ ، وخير من إستقام بعد رسول الله عليه السلام ، ﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ﴾^(٢) .

عاش حياة الزهد والبساطة فلم يصبو لمغريات الدنيا وزخارفها ولم ينخدع ببريقها فقد طلقها ثلاثاً ؛ وذاب حباً وشوقاً في ذات الله ، وهو القائل : «يا دُنْيَا يا دُنْيَا إِلَيْكَ عَنِّي . أَبِي تَعَرَّضْتُ أَمْ إِلَيَّ تَشَوَّقْتُ لَا حَانَ حِينُكَ ، هَيْهَاتَ! غُرِّي غَيْرِي ، لَا حَاجَةَ لِي فَيْكَ ، قَدْ طَلَّقْتُكَ ثَلَاثًا لَا رَجْعَةَ فِيهَا! فَعَيْشُكَ قَصِيرٌ ، وَخَطَرُكَ يَسِيرٌ وَأَمْلُكَ حَقِيرٌ . آه مِنْ قِلَّةِ الزَّادِ ، وَطُولِ الطَّرِيقِ ، وَبُعْدِ السَّفَرِ ، وَعَظِيمِ الْمَوْرِدِ»^(٣) .

(١) نهج البلاغة لمحمد عبده : ج ٣ ص ١٢٠ .

(٢) سورة فصلت ، الآية : ٣٠ .

(٣) تصنيف نهج البلاغة للبيب بيضون : ص ٩٠١ .

لقد كان ﷺ أعرف الناس بغدر الدنيا وتقلبها فشبهها بالحية الناعمة ملمسها القاتل سمها .

إن من خواص الدنيا القلب والتغير والتكر للإنسان «وتلك الأيام نداولها بين الناس» فهي لا تمضي على نمط واحد، بل تتقلب وتغدر وتحول الإنسان من حال إلى حال، فبينما تراه قوياً صحيحاً سليماً، وإذا به يصبح مريضاً عليلًا لا يقدر على شيء، أو عندما يكون غنياً، وإذا به يغدو فقيراً لا حول له ولا قوة، وهكذا فالحياة مراحل، فمن الشباب والقوة إلى الضعف والهزم والشكوى والألم، فكل شيء في الدنيا يتغير بمرور العمر والزمان .

من هي الدنيا المذمومة :

الإنسان بفطرته التي فطرها الله يحب الدنيا ويحب الحياة، والإمام ﷺ عندما يذم الدنيا ليس مقصوده ذم الحياة البشرية والعلاقات الطبيعية الفطرية السائدة بين بني البشر؛ ولكن المقصود ذم الحب الشديد والحرص على الدنيا التي تأسر الإنسان، وتجعله مطية عمياء لها (أي عبادة الدنيا).
إن هذا التعلق والحب يحدث عندما يتصور الإنسان أن الحياة الدنيا هدفٌ وغايةٌ وليست وسيلة أو معبراً لحياة خالدة، أفضل وأجمل وأدوم من هذه الحياة الفانية .

إن الإنسان العاقل عندما يدرك الهدف الصحيح الذي من أجله خلقه الله، يصبح سعيداً مطمئناً لا تعكر حياته المعكرات والأفكار والوساوس؛ وبالعكس عندما يتجاهل هذه الحقيقة ويتعلق بالدنيا ينحدر نحو الهاوية والدمار. لذلك فالذم هو للإنسان الذي يعبد الدنيا وليس للدنيا

التي لا دخل لها في هذه العبادة .

«إن الإسلام كما جاء على لسان الإمام علي عليه السلام ، يرى علاقة الإنسان بالدنيا كعلاقة الزارع بزرعه «الدنيا مزرعة الآخرة» ، أو علاقة التاجر بالمتجر «الدنيا متجر أولياء الله» ، أو علاقة المُسابق بميدان السباق «ألا وإن اليوم المضمّر وغداً السباق» ، والسبقة الجنة والغاية النار» ، أو علاقة العابد بالمسجد «الدنيا مسجد أحباء الله» . إذن فالدنيا ليست عدوة الإنسان ولا ظالمة له ، إلا بمقدار ظلمه لنفسه وعدم إستفادته منها»^(١) .

قال الإمام علي عليه السلام : «والسَّعِيدُ مَنْ وَعِظَ بغيرِهِ والشَّقِيّ مَنْ انْخَدَعَ لِهَوَاهُ وَغُرُورِهِ»^(٢) .

الناس في الدنيا يعملون وفق ثلاث خطوط :

- ١ - من يعمل للدنيا ولا يعمل للآخرة .
 - ٢ - من يجعل الدنيا اكبر همّه ، ولكنه مع ذلك يعمل للآخرة .
 - ٣ - من يجعل الدنيا وسيلة والآخرة غاية .
- حب الدنيا يؤلّد قسوة القلب ، وقسوة القلب تنتج من :

- ١ - ترك ذكر الله .
- ٢ - كثرة الأكل والشرب .
- ٣ - أكل المال الحرام .
- ٤ - الإستخفاف بالصلاة .
- ٥ - كثرة الكلام والضحك .

(١) تصنيف نهج البلاغة للبيب بيضون : ص ٨٨٦ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٦ ص ٣٥٣ .

٦ - الهم بالدنيا والعمل لها .

٧ - طول الأمل .

٨ - كثرة المال .

٩ - مجالسة الأندال والطغاة وحكام الجور .

١٠ - الخلوة بالنساء .

١١ - مجالسة الأغنياء .

١٢ - ترك مجالسة أهل العلم والعلماء .

يوجد في كل إنسان عنصران : عنصر فطري شخصي يوجد فيه منذ الولادة «ما من مولود يولد إلا على الفطرة، فأبواه يهودانه وينصرانه ويمجسانه»^(١) وعنصر مكتسب اجتماعي ، والعنصر الاجتماعي لا يتأتى إلا بالتربية ، وتتضمن التربية إعطاء الفرد المعلومات والخبرات المفيدة التي توسع الفكر وتزيد القابلية والتي لا يتسنى للفرد الحصول عليها بدون مساعدة الآخرين ؛ وهكذا نجد رب الأسرة يعطي أبناءه التربية الصالحة قبل أن يدخلوا ميدان الحياة العملية ، فيكون بذلك معيناً ومساعداً لهم على اجتياز وتخطي العقبات والصعاب ، ودافعاً لهم إلى النجاح والتفوق .

حالات النفس^(٢) :

عبر القرآن الكريم عن النفس بعدة معان تمثل حالات النفس الانسانية وما يمر عليها من تأثيرات نفسية واجتماعية :

١ - النفس التي تدعو إلى الحق وتأمّر بالخير وهي النفس المطمئنة ،

(١) من لا يحضره الفقيه : ج ٢ ص ٤٩ .

(٢) تصنيف نهج البلاغة للبيب بيضون : ص ٦٧٧ .

قال الله تعالى: ﴿يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً﴾^(١). وسميت مطمئنة لأن صاحبها حين يطيع يبلغ درجة الإطمئنان في الدنيا والآخرة.

٢ - النفس التي إذا عمل الإنسان سوءاً لامته وأُتِبَتْه على فعله، وهي النفس اللوامة، قال تعالى: ﴿لَا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ * وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَامَةِ﴾^(٢).

٣ - النفس التي تدعو إلى الشر وتأمّر بالسوء وهي النفس الأمّارة، قال تعالى: ﴿إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي﴾^(٣).

٤ - النفس الراضية.

٥ - النفس المرضية.

الإمام علي عليه السلام يعرف النفس تعريفاً جميلاً عندما سأله كميل بن زياد «رض» أن يعرفه نفسه فقال: «يا كميل إنما هي أربع: النَّامِيَةُ النَّبَاتِيَّةُ، وَالْحِسِّيَّةُ الْحَيَوَانِيَّةُ، وَالنَّاطِقَةُ الْقُدْسِيَّةُ، وَالْكُلِّيَّةُ الْإِلَهِيَّةُ. ولكل واحدة من هذه خمس قوى وخاصيتان. فالنَّامِيَةُ النَّبَاتِيَّةُ لها خمس قوى: جاذبة، وماسكة، وهاضمة، ودافعة، ومُربِّيَّة، ولها خاصيتان: الزيادة والنقصان، وانبعائها من الكبد، وهي أشبه الأشياء بنفس الحيوان. والحِسِّيَّةُ الْحَيَوَانِيَّةُ لها خمس قوى: سمع، وبصر، وشم، وذوق، ولمس، ولها خاصيتان: الشهوة والغضب، وانبعائها من القلب، وهي أشبه الأشياء بنفس السباع. والنَّاطِقَةُ الْقُدْسِيَّةُ لها خمس قوى: فكر، وذكر، وعلم، وحلم، ونباهة،

(١) سورة الفجر، الآيتان: ٢٧ - ٢٨.

(٢) سورة القيامة الآيتان: ١ - ٢.

(٣) سورة يوسف، الآية: ٥٣.

وَلَيْسَ لَهَا انْبِعَاطٌ ، وَهِيَ أَشْبَهُ الْأَشْيَاءِ بِالنُّفُوسِ الْمَلَكِيَّةِ ، وَلَهَا خَاصِيَّتَانِ :
النِّزَاهَةُ وَالْحِكْمَةُ . وَالْكُلِّيَّةُ الْإِلَهِيَّةُ وَلَهَا خَمْسٌ قَوِيٌّ : بَقَاءٌ فِي فَنَاءٍ ، وَنَعِيمٌ فِي
شَقَاءٍ ، وَعُزٌّ فِي ذُلٍّ ، وَغِنَى فِي فَقْرٍ ، وَصَبْرٌ فِي بَلَاءٍ ، وَلَهَا خَاصِيَّتَانِ : الرِّضَا
والتَّسْلِيمُ وَهَذِهِ هِيَ الَّتِي مَبْدُؤُهَا مِنْ اللَّهِ وَإِلَيْهِ تَعُودُ . قَالَ اللَّهُ تَعَالَى :
﴿ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي ﴾ وَقَالَ تَعَالَى : ﴿ يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ
إِرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً ﴾ وَالْعَقْلُ وَسَطُ الْكُلِّ لَكَيْلَا يَقُولَ أَحَدُكُمْ
شَيْئاً مِنَ الْخَيْرِ وَالشَّرِّ إِلَّا بِقِيَاسٍ مَعْقُولٍ ^(١) .

الروح :

من الأشياء التي حجبها الله عن عباده هي معرفة الروح وماهيتها ، قال
الباري : ﴿ وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُتِمُّ مِنَ
الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا ﴾ ^(٢) .

إن هذا الاخفاء هو من الألفاف الإلهية التي تراعي مصلحة الإنسان
وتنظر إليه بعين اللطف والرحمة ؛ لأنَّ الإنسان لا يدرك مصلحته ، وقد
يتصرف خلافها مسيئاً إلى نفسه والآخرين . لذا اقتضت الحكمة الإلهية
جعل الروح من الأسرار التي تختص بالخالق وحده ، ولا يمكن للإنسان
مهما أوتي من علم أن يتوصل إلى معرفتها وكشف ماهيتها .

السؤال عن الروح طرحه الناس قديماً وحديثاً ، فأجابهم الله بلسان
القرآن بأنَّ الروح شأن الهي ، وأنَّ علم الإنسان مهما زاد فهو لا شيء بالنسبة
لعلم الخالق جلَّت قدرته .

(١) تصنيف نهج البلاغة للبيب بيضون : ص ٦٨١ - ٦٨٢ .

(٢) سورة الإسراء ، الآية : ٨٥ .

وبالرغم من ذلك بقي الإنسان معانداً، يفكر ويتساءل ويحاول جاهداً كشف بعض خفايا الروح، هل هي شيء قابل للرؤية واللمس؟ أم أنها بشكل سائل؟ أو تشبه الموجات الكهرومغناطيسية؟ كيف تدخل البدن وبأي صورة تخرج منه؟ وكيف تدخل إلى الجنين عند تكوينه في بطن أمه؟ وإذا مات الإنسان هل يمكن رؤية الروح وهي تخرج منه؟ وإذا خرجت أين تذهب؟ تساؤلات وفرضيات حيرت العلماء والباحثين ولكنها بقيت بلا جواب، لأن الله هو الحاجب عن معرفة ذلك، وكل شيء يحجبه الله لا يمكن رويته أو معرفته. الروايات الواردة عن أهل البيت عليهم السلام تقول: أن الروح تنفصل عن الجسد، ولكنها تبقى ملازمة له، فإذا كان الإنسان شقياً معذباً في القبر، شقت وتعذبت معه الروح. وإذا كان مؤمناً صالحاً سعدت الروح وأطمأنت، فالموت معناه تغير الحال فقط، وأن الروح باقية بعد مفارقتها الجسد إما معذبة وإما منعمة. ومعنى مفارقتها للجسد انقطاع تصرفها عن الجسد بخروج الجسد عن طاعتها، ومع ذلك يبقى سؤال يتردد في الأذهان إذا انفصلت الروح، أين تذهب، هل تبقى بجوار الجسد أم تنتقل في الأجواء ثم تعود إليه؟ وبالطبع سيبقى هذا السؤال بلا جواب، وستبقى الروح سرّاً الهياً لا تدركه العقول البشرية مهما أوتيت من علم وبصيرة. الإمام علي عليه السلام عندما يصف ملك الموت حينما يأتي لقبض الروح فيتسائل ويقول: «هل يحسّ به إذا دخل منزلاً، أم هل تراه إذا توفّي أحداً بل كيف يتوفّي الجنين في بطن أمه! أيلج عليه من بعض جوارحها، أم الروح أجابته بإذن ربّها، أم هو ساكن معه في أحشائها»^(١).

صحوة الموت

كثيرٌ منا من شاهد صحوة الموت عند العديد من الناس رجالاً ونساءً . وهي إما قصيرة المدّة لا تتجاوز بضعة دقائق ، أو طويلة المدّة تستغرق عدة ساعات . الصحوة هي حالة يفيق فيها المريض الذي يعاني الآلام أو الغيبوبة ، ويبدأ الجلوس والنهوض وطلب الماء والغذاء والحديث مع الحاضرين بصورة طبيعية ووعي كامل ؛ وما أن تتحقق طلباته الظاهرية حتى يجلس أو يتمدد ويسلم الروح .

صحوة الموت من الجانب المادي تعتبر خرقاً للنظريات الطبية التي تقول : بأن الخلايا والأنسجة والأعضاء تأثرت وتغيرت كثيراً ، واصيبت بالضمور والضعف والشلل ، وقلت فعاليتها أو توقفت عن العمل أحياناً ، وأصبحت غير قادرة على أداء وظائفها واجباتها الطبيعية . أنا شخصياً كطبيب مارس المهنة الطبية لمدة (٣٤) سنة شاهدت العديد من حالات الصحوة المتباينة المدة ولكن حالتين منها استرعت انتباهي واهتمامي :

الحالة الأولى : لإمرأة من أقربائي أصيبت بسرطان المعدة ، ولم يجدي العلاج الطبي معها شيئاً ، لأنّ المرض كان منتشرأ إلى باقي الأعضاء . الأطباء أوصوا بأعطائها الأدوية المسكنة والمنومة إلى حين أجلها . وبالتدريج تدهورت صحتها وازدادت آلامها حتى أغمي عليها ولم يعد يسمع منها سوى الأنين الخافت . استمرت المريضة على هذه الحال لمدّة شهرين لم تتناول خلالها إلا السوائل والفيتامينات عن طريق التزريق الوريدي . ذات صباح جلست بكامل قواها وعقلها ، سلّمت على الجميع وسألت عن الغائبين ثم طلبت خبزاً وكباباً للإفطار ، جلبوه لها ، تناولته كالأيام السابقة ،

وبدأت الحديث وكأن شيئاً لم يكن ، وفجأة التفتت إلى زوجة ابنها وطلبت منها أن تصنع لها غداءً من الرز والدجاج ، وأستمرت بالحديث مع الحاضرين الذين أصيبوا بالدهشة ، حتى حان موعد الغداء ، تناولته بشوق ورغبة ثم اتكأت على الوسادة وفارقت الحياة .

الحالة الثانية : كانت لصديق يكبرني بثلاث سنوات ، أصيب بسرطان الرئة الخبيث الذي لا شفاء منه . بعدها أخرج من المستشفى إلى البيت بانتظار رحمة الله . بمرور الأيام تدهورت حالته الصحية وبلغت صعوبة التنفس حداً جعلت صديقي يخشى تناول غذاءه الوحيد وهو الحليب ؛ لأنه يؤثر على تنفسه أثناء الشرب ويجعله في حالة ضيق واختناق . كان ينام جالساً ويضع يديه على الوسائد الجانبية ، لأن مجرد وضعها على جوانب الصدر يجعله في حالة تنفسية صعبة ، كان يقضي حوائجه وهو جالس في مكانه لعدم قدرته على الحركة . إستمرت هذه الحالة لمدة ثلاثة أشهر . وفي عصر يوم من أيام الصيف الحار ، نهض من مجلسه وطلب التجوال في بستانه القريب من البيت ، بدأ التجوال وهو يحمل معه كأساً من اللبن ليتناول معه الرطب الطازج من النخيل الذي يملأ البستان ، وبعد جولة استغرقت حوالي ساعتين تناول فيها أنواع الرطب الممزوج مع اللبن ، رجع إلى البيت وما أن جلس في مكانه السابق حتى ضعف صوته وانهارت قواه ثم انقلب جانباً وفاضت روحه إلى بارئها .

هاتان الحالتان جلبتا انتباهي وجعلتاني أفكر وأتساءل مع نفسي كيف استيقضت قريبتني التي فقدت الوعي لمدة شهرين وطلبت الماء والغذاء ، وظلت تتحدث لمدة أربع ساعات ولم تفارق الحياة إلا بعد أن تناولت الغذاء الذي طلبته ؟ وكيف استطاع صديقي الذي لا يتمكن من شرب

الحليب ، على النهوض والتجول وأكل الطعام ؟ سألت العديد من الأصدقاء وكبار السن فلم أتلقي الجواب الشافي . وأخيراً تعرفت على رجل من أهل العقل والدين والخبرة فوضّح لي الأمر قائلاً: صحوة الموت لها حالتان : حالة مادية أو تفسير مادي يمثل تعلق الروح بصاحبها ، فقبل أن تنفصل عنه تقوم بجولة وداع عامة على أعضاء البدن المختلفة ، هذه الجولة تؤدي إلى انبعاث القوة والقبالية في أعضاء البدن على القيام بوظائفها كالسابق ، هذه الحالة تشابه من يريد السفر وترك البيت ، حيث يقوم بإقفال الكهرباء والغاز والماء والشبائيك والأبواب ؛ وأخيراً يغلق الباب الرئيسي ويسافر . الحالة الثانية أو التفسير الثاني يمثل الحالة الروحية ، وهي أن اللطيف الخبير ، والرحيم الكريم ، والغفور المنعم ، يحب الإنسان ويتمنى له الخير والصلاح ، والرحمة والمغفرة والعفو والتوبة ؛ يعطي الإنسان الفرصة الأخيرة للتوبة والندم وطلب العفو والمغفرة من خلال هذه الصحوة ، وهذا منتهى الكرم والاحسان ، واللفظ والحنان ، من الخالق المنان الذي خلق الإنسان وعلمه البيان ، وأنزل الأديان ، ليصلح بها العقول والأبدان فمن أطاع الرحمن فاز بالجنان ، ومن تبع الشيطان دخل النيران ، والعاقل من تاب قبل فوات الأوان ، لذلك تُحب وتُوجب التوبة العاجلة ، لأن الإنسان لا يعرف متى يدركه الموت ، وهذا ما أكدّ عليه مولانا أمير المؤمنين علي عليه السلام حينما قال : «إعمل لدنياك كأنك تعيش أبداً ، وأعمل لآخرتك كأنك تموت غداً» . وقال عليه السلام : «فَبَادِرُوا الْمَعَادَ وَسَابِقُوا الْأَجَالَ ، فَإِنَّ النَّاسَ يُوشِكُ أَنْ يَنْقَطَعَ بِهِمُ الْأَمَلُ ، وَيَرْهَقَهُمُ الْأَجَلُ ، وَيُسَدُّ عَنْهُمْ بَابُ التَّوْبَةِ»^(١) .

سكرات الموت

قال الله تعالى : ﴿ فَلَوْلَا إِذَا بَلَغَتِ الْحُلُقُومَ * وَأَنْتُمْ حِينِيذٍ تَنْظُرُونَ * وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْكُمْ وَلَكِنْ لَا تُبْصِرُونَ * فَلَوْلَا إِنْ كُنْتُمْ غَيْرَ مَدِينِينَ * تُرْجِعُونَهَا إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ ﴾ ^(١) .

وقال الإمام علي عليه السلام : « فَإِنَّكُمْ لَوْ قَدْ عَايَنْتُمْ مَا قَدْ عَايَنَ مَنْ مَاتَ مِنْكُمْ لَجَزَعْتُمْ وَوَهِلْتُمْ وَسَمِعْتُمْ وَأَطَعْتُمْ ، وَلَكِنْ مَحْجُوبٌ عَنْكُمْ مَا قَدْ عَايَنُوا وَقَرِيبٌ مَا يُطْرَحُ الْحِجَابُ » ^(٢) .

وقال الفيض الكاشاني في المحجة البيضاء : « وأعلم أن شدة الألم في سكرات النزاع لا يعرفها بالحقيقة إلا من ذاقها ، ومن لم يذوقها فإنما يعرفها أما بالقياس إلى الآلام التي أدركها ، وإما بالاستدلال بأحوال الناس في النزاع على شدة ما هم فيه ... والنزع عبارة عن مؤلم نزل بنفس الروح فاستغرق جميع أجزائه حتى لم يبق جزء من أجزاء الروح المنتشرة في أعماق البدن إلا وقد حلَّ به الألم ... وقالوا إن الموت أشدَّ من ضرب السيف ونشر المناشير وقرض المقاريض ؛ لأن قطع البدن بالسيف إنما يؤلم لتعلقه بالروح ، فكيف إذا كان المتناول المباشر نفس الروح ، وإنما يستغيث المضروب ويصيح لبقاء قوته في قلبه ولسانه وإنما انقطع صوت الميت وصياحه مع شدة ألمه ، لأنَّ الكرب قد بالغ فيه وتصاعد على قلبه وغلب على كل موضع منه ؛ فهذا كل قوة وضعف كل جارحة ، فلم يترك له قوة الاستغاثة . أما العقل فقد غشيه وشوشه ، وأما اللسان فقد أبكمه ، وأما

(١) سورة الواقعة الآيات : ٨٣ - ٨٧ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١ ص ٢٩٨ .

الأطراف فقد ضَعَفَهَا ، ويودُّ لو قدر على الاستراحة بالأنين والصياح والاستغاثة ؛ ولكنه لا يقدر على ذلك ، فإن بقيت فيه قوة سمعت له عند نزوع الروح وجذبها خواراً وغرغرةً في حلقه وصدره ، وقد تغيَّرَ لونه واربداً ، حتى كأنه قد ظهر منه التراب الذي هو أصل فطرته ، وقد جذب منه كل عرق على حياله . فالألم منتشر في داخله وخارجه حتى ترتفع الحدقتان إلى أعالي موضعهما وتخضر أنامله فلا تسأل عن بدن يُجذب منه كل عرق من عروقه ولو كان المجذوب عرقاً واحداً لكان المم عظيمًا ، فكيف والمجذوب نفس الروح المتألم . ثم يموت كل عضو من أعضائه تدريجياً فتبرد أولاً قدماه ثم ساقاه ثم فخذهما ولكل عضو سكرة بعد سكرة وكربة بعد كربة حتى يبلغ بها إلى الحلقوم ، فعند ذلك ينقطع نظره عن الدنيا وأهلها ويغلق دونه باب التوبة وتحيط به الحسرة والندامة»^(١) .

قال رسول الله ﷺ «تقبل توبة العبد ما لم يغرغر»^(٢) .

الإمام علي عليه السلام لخص حالة الإنسان من سكرات الموت حتى القبر فقال : «فَلَمْ يَزَلِ الْمَوْتُ يَبَالِغُ فِي جَسَدِهِ حَتَّى خَالَطَ سَمْعَهُ ، فَصَارَ بَيْنَ أَهْلِهِ لَا يَنْطِقُ بِلِسَانِهِ ، وَلَا يَسْمَعُ بِسَمْعِهِ ، يُرَدِّدُ طَرْفَهُ بِالنَّظَرِ فِي وُجُوهِهِمْ ، يَرَى حَرَكَاتِ أَلْسِنَتِهِمْ ، وَلَا يَسْمَعُ رَجَعَ كَلَامِهِمْ ، ثُمَّ اِزْدَادَ الْمَوْتُ التَّيَاطُّ بِه ، فَقَبْضَ بَصَرَهُ كَمَا قَبْضَ سَمْعَهُ ، وَخَرَجَتِ الرُّوحُ مِنْ جَسَدِهِ فَصَارَ جِيفَةً بَيْنَ أَهْلِهِ ، قَدْ أَوْحِشُوا مِنْ جَانِبِهِ ، وَتَبَاعَدُوا مِنْ قُرْبِهِ ، لَا يُسَعِدُ بَاكِياً ، وَلَا يُجِيبُ دَاعِياً ، ثُمَّ حَمَلُوهُ إِلَى مَخْطٍ فِي الْأَرْضِ ، فَأَسْلَمُوهُ فِيهِ إِلَى عَمَلِهِ ، وَأَنْقَطَعُوا

(١) المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٨ ص ٢٥٢ - ٢٥٤ .

(٢) أخرجه الترمذي وابن ماجه تحت رقم ٤٢٥٣ نقلاً عن المحجة البيضاء جزء ٨ ص

عَنْ زَوْرَتِهِ»^(١).

أما نحن فلا نشاهد في صورة الإنسان الذي يعاني من سكرات الموت ، سوى التغيرات والتبدلات الظاهرية التي ذكرناها . أما ما يجري من أمور غيبية لا ندركها أو نراها ، فقد وضّحها الرسول الأكرم ﷺ والأئمة المعصومون عليهم السلام في أحاديثهم وخطبهم ؛ مؤكدين بأن الإنسان لا يتصور هول وعظم خطب سكرات الموت إلا عندما يجربها ويراهها عين اليقين ؛ وفي تلك اللحظات الحرجة يكون الإنسان غير قادر على الكلام ، ولا يستطيع توضيح ما يجري عليه . ولكن الثابت لدينا بأن الرسول ﷺ والإمام علياً عليه السلام يحضران عند الذين يعانون سكرات الموت ويتكلمون معهم ، فإن كانوا مؤمنين طمأنوهم وأخبروهم خيراً ، وطلبوا من ملك الموت الرفق بهم ، وعند ذلك يقوم ملك الموت بقبض أرواحهم برفق وهدوء . وهكذا تمر الساعات ويصبح الإنسان جثة هامدة تُنقل إلى قبرها ، وتطوى صفحة حياته في الدنيا ، أما في القبر فلا يبقى معه إلا عمله والقبر كما قال رسول الله ﷺ : «القبر إما حفرة من حفر النيران أو روضة من رياض الجنان»^(٢) . وهذا نص صريح في أن الموت معناه تغير حال فقط .

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٧ ص ٢٠١ .

(٢) أخرجه الترمذي في سننه ٤ : ٢٤٧ - ٢٤٨ / ٢٤٦٠ .

1000

10

5. $\frac{1}{2} \cdot \frac{2}{3} = \frac{1}{3}$

100

11

نصائح وإرشادات علاجية

قال الإمام علي عليه السلام :

«إمشي بدائك ما مشى بك»^(١).

«رُبَمَا كَانَ الدَّوَاءُ دَاءً ، والدَّاءُ دَوَاءً»^(٢).

«لا يُتَدَاوِ الْمُسْلِمُ حَتَّى يَغْلِبَ مَرَضُهُ صِحَّتَهُ»^(٣).

«شَرِبَ الدَّوَاءَ لِلْجَسَدِ كَالصَّابُونِ لِلثَّوْبِ يُنْقِيهِ وَلَكِنْ
يُخْلِقُهُ»^(٤).

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ١٣٧ .

(٢) المصدر السابق : ج ١٦ ص ٩٧ .

(٣) الخصال للصدوق : ص ٦٢٠ .

(٤) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٢٠ ص ٣٠٠ .

بعد أن تكاثر الناس وتخطت الكرة الأرضية الستة مليارات نسمة ، وأصبح النقل والاتصالات من الأمور البسيطة ، وصار الناس في جميع أنحاء العالم في تماس مباشر وسريع ، ازدادت الإصابات بالأمراض ، وتحولت بعض المخلوقات المجهرية الساكنة إلى موجودات مهاجمة وضارة ، وغدت الميكروبات تقاوم الأدوية وتُبطل مفعولها ، وهنا برزت الحاجة إلى صنع واكتشاف أدوية جديدة تحطم هذه المقاومة وتحد من نشاط تلك الميكروبات العنيدة . وبالفعل جهد العلماء والباحثون على صنع مئات المنتجات الجديدة والرخيصة ، التي لها القدرة على الحد من إنتشار الأمراض ، وتحطيم المقاومة الشرسة التي تبديها هذه المخلوقات التي لا ترى بالعين ؛ والتي أصبحت تهدد العالم اجتماعياً واقتصادياً ، كالأيذز وجنون البقر ، ناهيك عن أن أغلب الأمراض المعدية لازلت متفشية في العديد من الدول ، خصوصاً الدول النامية والفقيرة التي تفتقر إلى الشقافة الصحية والبيئة الصالحة والمال . أما الأمراض النفسية التي طغت على المجتمعات الغربية والدول الصناعية كأمريكا واليابان ؛ فهي كارثة لا مثيل لها ، إذ أصبح الملايين من سكان تلك المناطق يعانون الإدمان على المهدئات والمسكنات ، والأدوية المنومة والمخدرات والمشروبات الكحولية ؛ وكانت النتائج مفعجة إذ أصبح الملايين منهم ضحية للإعتياد والقلق .

المشكلة الدوائية

إن مشكلة وصف وإعطاء وتناول الدواء ناتجة من عدة عوامل أهمها :

١ - عدم تناول الدواء بصورة صحيحة ومنظمة .

- ٢ - قطع العلاج من قبل المريض قبل حصول النتائج المطلوبة .
 - ٣ - تناول العلاج لمدة طويلة دون استشارة الطبيب المعالج .
 - ٤ - تناول كميات كبيرة خلافاً للتعليمات .
 - ٥ - تناول كميات قليلة غير مؤثرة .
 - ٦ - تناول العلاج بصورة كيفية دون مراجعة الأطباء .
 - ٧ - تناول العديد من الأدوية في وقت واحد من دون معرفة المضاعفات والتضادات الموجودة في تلك الأدوية .
- لذلك أصبحت الحاجة ماسة إلى وضع سياسة دوائية واضحة ومشخصة لجميع الناس ووفق مستوياتهم الثقافية ؛ ليكون الجميع على اطلاع كافٍ بأهمية وخطورة الدواء المتناول ، والتشديد على وضع برامج ثقافية صحية يتعرف الناس من خلالها كيفية تناوله بصورة علمية ناجحة تقيهم خطر المضاعفات الناتجة من سوء الاستعمال .
- إن تناول الأدوية بإفراط وإدمان ، يخلق مضاعفات جسمية وروحية كثيرة ، لأن أغلب الأدوية المصنفة لها تأثيرات جانبية سامة على بعض أعضاء البدن ، كالقلب والكليتين والكبد والمعدة والدماغ والرئتين وغيرها . لهذا يجب أخذ الحيطة والحذر ، واتباع الإرشادات الطبية عند تناول أو إعطاء العقارات ، خصوصاً للأطفال ، حيث يكون التأثير كبيراً وخطيراً . ولا ننسى أن بعض الناس صاروا يتناولون الدواء بدل الغذاء وبصورة يومية ؛ متعللين بأعذار شتى ، أبسطها أن حياتهم مهددة بالخطر إذا لم يتناولوا تلك الأدوية .

إن الإحصاءات الرسمية تشير بدلالة واضحة ، بأن الاستهلاك المتزايد للأدوية سيؤدي إلى الوقوع في كارثة صحية تخالف العقل والواقع

والتعليمات الطبية الهادفة إلى حماية الإنسان من خطر المضاعفات السمية للدواء .

هدف الإمام عليه السلام :

الإمام علي عليه السلام في هذه الأقوال الحكيمة والآراء السليمة والأسس القويمة ، وضع القواعد المحكمة واللبنات الصلدة لعلم الأدوية الحديث ، فقد أكد في مختلف المناسبات والخطب ، بأن الدواء لا يخلو من الخطورة ، فهو كالسم أو أشد ، فهو تارة ذو فوائد عندما يستعمل بصورة مؤقتة للقضاء على ظاهرة معينة أو مرض خاص ، ويُقطع حال انتفاء الحاجة إليه . وتارة يُعرض الإنسان لشتى المشاكل ، كالحساسية والخوف وضعف المقاومة والنسيان .

ومن الحكميات الناطقة للإمام عليه السلام قوله بأن المسلم لا يتداوى حتى يغلب مرضه صحته ، أي أن المسلم الواعي يترث قليلاً قبل الإقدام على تناول الدواء ولا يتناوله إلا بعد الإحساس بأن صحته بدأت تميل نحو النزول والانحدار ، علماً بأن أكثر الأمراض ، خصوصاً الفيروسية منها تتلاشى ويقضى عليها بعد مرور ثلاثة أو أربعة أيام بفعل المناعة الداخلية للجسم . لذا فإن التريث والصبر على بعض الآلام في بداية المرض ضروري لكل إنسان يعاني من إصابة مرضية . أما العجلة في تناول الدواء من غير ضرورة ، فإنه يولد مقاومة ميكروبية ضد الدواء ، وبالتالي مضاعفات جسدية ومالية ، فقال الإمام عليه السلام : «إمشي بدائك ما مشى بك» ولا ننسى أن بعض الأدوية تؤذي البدن ، ويشتج منها أمراض عديدة وخطيرة ، وقد حذر الإمام عليه السلام من هذه الظاهرة حين قال : «ربما كان الدواء داءً ، والداء دواءً»

علماً بأن كثرة تناوله ولمدة طويلة ، يربك ويعرقل ويوقف وظائف وأعمال الخلايا والأنسجة والأعضاء وقد تصل الأمور إلى تلفها ، وعندها يتعرض الإنسان إلى الموت المحتم . لم يكتفي الإمام عليه السلام بذلك عندما قرب المعنى للأذهان وهو يحذر من خطورة الاستعمال الدائم والمفرط للدواء فقال : «شرب الدواء للجسد كالصابون للثوب ينقيه ولكن يُخلِّقه» .

ماذا يستفاد من العلاج :

يهدف العلاج إلى منع الإصابة بالمرض والقضاء على الأمراض التي تحدث نتيجة الإصابة :

١ - المنع الحقيقي والواقعي للإصابة بالأمراض ، كحمى الروماتيزم والتهابات المجاري .

٢ - منع نشاط الالتهابات المزمنة ، كالتهابات القصبات والأمعاء .

٣ - كبح الأمراض الموجودة التي لا تظهر للعيان في بدايتها وقبل استفحالها ، مثل : مرض التدرن الأولي والملاريا .

٤ - منع نشوء الأمراض الاحتمالية كمرض التهاب غشاء القلب الداخلي بعد قلع الأسنان .

٥ - منع المضاعفات المرضية بعد العمليات الجراحية .

٦ - منع انتشار الأمراض في حالة شيوعها في مناطق معينة .

٧ - منع إصابة الأشخاص الذين هم في تماس مع المرضى المصابين

بالأمراض المعدية ، كالجدري والأنفلونزا وعجز الكبد .

تمثيل الدواء :

يتم تمثيل الدواء أساساً في الكبد ، ولكنه يتم أيضاً في جدار المعدة والرئتين من خلال مختلف الفعاليات وهي :

- ١ - تحويل الدواء من مادة فعالة إلى مادة غير فعالة .
 - ٢ - تحويل الدواء من مادة فعالة إلى مادة فعالة أخرى .
 - ٣ - تحويل الدواء من مادة غير فعالة إلى مادة فعالة .
- اما طرح الأدوية فيتم عن طريق :

- ١ - الكلية .
- ٢ - الرئتين .
- ٣ - الكبد .
- ٤ - التعرق .
- ٥ - الحليب عند الأم المرضع .

كيف تعمل الأدوية المضادة للميكروبات داخل الجسم :

- ١ - أدوية تؤثر على جدار خلية الميكروب .
- ٢ - أدوية تؤثر على غلاف السيتوبلازم للميكروب .
- ٣ - أدوية تؤثر على صناعة البروتين داخل خلية الميكروب .
- ٤ - أدوية تمنع تمثيل الحوامض داخل الخلية مثل حوامض دي . أن .
- أي و أر . أن . أي .
- ٥ - أدوية تمنع التمثيل العادي داخل خلية الميكروب .

تأثيرات الأدوية على الجسم تنتج من خلال :

أ - مضاعفات دوائية بسبب :

١ - عوارض جانبية .

٢ - عوارض ثانوية .

٣ - عوارض سمية .

ب - إختيار الدواء .

ج - كيفية استعمال الدواء .

د - التفاعلات بين الأدوية .

هـ - الحساسية الناتجة من الدواء .

و - تناول الدواء أثناء الحمل .

ز - تناول الدواء في حالات اختلال الكلية والكبد .

ح - تناول الدواء أثناء الحمل وتأثيراته على الجنين .

ط - تناول الدواء من قبل الأطفال .

العوارض المضادة للدواء :

العوارض المضادة لها أهمية خاصة في علم الأدوية خصوصاً في

السنين الأخيرة حيث كثر استعمال الدواء وصار في متناول الجميع . وتنقسم

العوارض المضادة إلى قسمين رئيسيين :

١ - عوارض غير دوائية أي لا ترتبط بخاصية الدواء وهي على

نوعين :

أ - عوارض ليست لها علاقة بالدواء وانما بذات المريض مثل

العمر ، الجنس ، الجينات ، نوع المرض والقابلية لبروز حساسية داخل البدن .

ب - عوارض خارجية ترتبط بالطبيب ومقدار معلوماته عن الأدوية التي يصفها للمريض ، وكذلك المحيط الذي يعيش فيه المريض .
٢ - عوارض دوائية :

العوارض الدوائية لها اسباب عديدة أهمها :

أ - عوارض داخلية ترتبط بالدواء نفسه .

ب - عوارض بسبب اختيار نوع الدواء .

ج - عوارض بسبب كيفية استعمال الدواء .

د - عوارض بسبب التفاعلات التي تحدث بين الأدوية في حالة استعمال أكثر من دواء في وقت واحد .

قواعد عامة للعلاج^(١)

يجب على كل طبيب أن يلاحظ ويتبع ويدقق في النقاط التالية عندما يقرر إعطاء الدواء للمرضى ، وهي :

١ - هل الدواء ضروري للمريض أم لا ؟ وهل حالة المريض حادة تتطلب التدخل الدوائي السريع أم أن الحالة غير حادة ويؤجل الدواء إلى ما بعد التشخيص ؟

٢ - أن يختار الطبيب الدواء وفق التشخيص الطبي الدقيق ، أو وفق التشخيص المختبري .

٣ - هل يستعمل الدواء بجرعته القصوى وفق طبيعة ونوعية ومقاومة الميكروب وقوة الإصابة ؟

٤ - يجب التأكد بأن الجرعة الكلية كافية وتعطى في الأوقات المناسبة وبأفضل الطرق .

٥ - يجب رفع موانع الشفاء ، كفتح الخراج ورفع انسداد الجهاز البولي والكبدى والتنفسى .

٦ - عدم تبديل الدواء بعد الاستعمال ، إلا بعد مرور ثلاثة أيام وعدم حصول تقدم في حالة المريض .

٧ - إذا حصل تحسن في صحة المريض يجب الاستمرار في إعطاء الدواء لضمان عدم عودة المرض .

٨ - عدم إعطاء الدواء بدون تشخيص .

٩ - يجب عدم إعطاء أكثر من مضاد حيوي واحد إلا إذا وجدت أسباب لذلك .

١٠ - فحص إستجابة المرض للدواء المعطى ، وهل يجب الاستمرار في اعطاء الدواء .

١١ - فحص تركيز الدواء في بلازما الدم خصوصاً في حالة اضطراب الكلى عند استعمال الأدوية السامة التي تطرح عن طريق الكلى .

١٢ - يجب الاحتراز في إعطاء الأدوية للمرضى الحاملين للميكروب ، بل التريث لحين قيام الجسم بترميم نفسه وطرده الميكروب أو قتله ، اما إذا تقرر إعطاء الدواء للأمراض أو الحالات المزمنة ، فيجب استعمال الأدوية القاتلة للميكروب .

١٣ - يجب افهام المريض بأن الدواء المستعمل هو مادة سامة ، وأن

استعماله لمدة طويلة من دون استشارة الطبيب يؤدي إلى عواقب وخيمة .

١٤ - يجب إعلام المريض بأن الدواء المعطى له يتناسب مع حالته الصحية ولا يجوز اعطاؤه من قبل المريض إلى مريض آخر .

بعد هذا الاستعراض الموجز ، ألا يحق لنا أن نفتخر بإمام المسلمين ،
وفخر العالمين ، سليل الطالبين الإمام علي عليه السلام على إرشاداته الدوائية
الحكيمة .

الإمام عليّ عليه السلام أول قاضي وطبيب عدلي في الإسلام

«إمرأة تعلقت برجل من الأنصار وكانت تهواه ولم تقدر له على حيلة ، أخذت بيضة وأخرجت منها الصفرة وصبت البياض على ثيابها بين فخذيها وأدعت على الرجل ؛ رفعت القضية إلى الإمام ، وعندما جلبوا المرأة أمامه ، نظر الإمام إلى البياض ، شك فيه وقال : إئتوني بماء حار قد أغلي غلياناً شديداً ، ولما أوتي بالماء أمرهم فصبوه على موضع البياض فأشتوى ذلك البياض ، ثم إن الإمام عليه السلام شممه ، ثم القي جزءاً منه في فمه ، ولما عرف طعمه طعم بيض القاه ثم أقبل على المرأة حتى أقرت وأعترفت بعملها»^(١).

(١) قضاء أمير المؤمنين للعلامة محمد تقي التستري : ص ١٤ .

كانت الجزيرة العربية قبل الإسلام تضم تجمعات بدوية متنافرة ، تسكن قرب المياه والطرق العامة ، وتعيش على الرعي والزراعة والتجارة ، وتسودها الحروب الداخلية والغزوات الدائمة .

الحياة الاجتماعية خليط بين الشجاعة والتفاخر ، والكرم والضيافة ، والحب والغرام ، والجنون والهيام ، وتناول المشروبات وممارسة المنكرات ، وواد البنات ، واتخاذ الخليلات ، وسهر الليالي الصاخبات مع ذوات الرايات ، اللائي نصبن الأعلام للمنكرات .

كانت مكة والمدينة والطائف وما حولها ، تزخر بمثل تلك النسوة من ذوات الأعلام ، التاريخ يحدثنا عن المشهورات منهن من أمثال أم زياد ابن أبيه والنابعة أم عمر بن العاص ، وحمامة ، جدة معاوية بن أبي سفيان ، ومن الطرافة أن تلك الجلسات الليلية الجماعية تعقد في تلك البيوت بصورة علنية ، ويحضرها العديد من وجوه القبائل والأحياء وهم يتناولون الخمر ويتسامرون مع تلك المومسات بلا خجل أو حياء . (يظهر من خلال مطالعة التاريخ أن حضور شخصيات البلد في هذه الحفلات هو من المسائل العادية التي لا تجلب العار أو الاستنكار) .

وعندما جاء الرسول الأكرم ﷺ بالرسالة المحمدية الخالدة وانتشر الدين الإسلامي في كافة أرجاء الجزيرة العربية ، دخل الناس في الدين الإسلامي طوعاً أو كرهاً ، وصار الجميع يعيش في ظل التعاليم الدينية الرشيدة ، إلا بعض ذوي النفوس المريضة التي عاشت سنين طويلة تمارس المنكرات بأنواعها والتي بقيت تحنُّ إلى الماضي الأسود وتذكر أيامها السالفة .

كان ذلك الحنين وممارسة المجون يجري بخفاء وسرية كاملة ، خوفاً من وصول الأخبار إلى سمع رسول الله ﷺ وخلفائه . لقد كانت النفوس مريضة وأتارة بالسوء وخاضعة لوسوسة الشيطان ، لم تستضيئ بنور الاسلام ، لذلك مارست المنكرات على الرغم من التحريم الصريح الذي جاء به القرآن الكريم والسنة النبوية ، علماً بأن جميع المسلمين رجالاً ونساءً يعرفون عقوبة العلاقات غير المشروعة التي أوردها القرآن الكريم ، وهي الجلد علناً للزاني والزانية اللذين لم يتزوجا ، والرجم علناً للزناة المتحصنين ورغم ذلك كان البعض يقيم علاقات غير مشروعة ويبدي علامات الحب والغزل لهذه الفتاة وتلك المرأة ، بالرغم من إقامة الحدود العلنية على العديد منهم .

هذه الظاهرة هي شكل من أشكال الإغواء الشيطاني الذي يلعب دوراً كبيراً في علاقة الرجل والمرأة في كافة المجتمعات ، بضمنها المجتمع الإسلامي . وقد بلغت موجة التحلل أشدها عندما استولى الطلقاء وأبناء الطلقاء (بنو أمية) على الحكم ، ثم من بعدهم خلفاء السوء والفجور بني العباس ، الذين شجعوا الخمر والفسق ، والغناء والطرب والفواحش ، لقد كان حقاً عصراً ذهبياً لكافة الموبقات والأفكار الشاذة ، لأن الدولة هي التي تشرف على نشر تلك المنكرات بأمر من المسؤول الأول في الدولة (الخليفة) ، وتاريخ بني العباس الأسود يحدثنا بإسهاب عن ليالي الطرب التي كانت تقام حتى الصباح في قصور الخلفاء وهم يسهرون مع الجواري والغلمان وفرق الغناء والرقص ؛ وقد سيطرت الخمرة على عقولهم الطائشة فأنستهم ذكر الله .

موقعية الإمام :

الإمام علي عليه السلام الذي عاش مجتمع المدينة وأطلع على أحواله وعاداته وأخلاقه عرف الناس صغيرهم وكبيرهم ، طيبهم وسيئهم ، وماذا يجري في متدياتهم وأحيائهم جميع أهل المدينة يعرفون الإمام حق معرفته ، لذلك فهم يحترمون رأيه وقضائه في جميع الأمور التي تواجههم في حياتهم اليومية ، لقناعتهم الثابتة بمقامه من رسول الله ﷺ ، وسابقته في الإسلام ، وكونه الفاروق الأكبر الذي يفرّق بين الحق والباطل .

كان علي عليه السلام منبع العلوم وكنزها ، فبالإضافة إلى ما حباه الله من علوم إلهية فإنه صاحب علم وفراصة ، وكانت الحكمة تجري على لسانه في كافة القضايا الدينية والاجتماعية والقضائية والطبية .

إن المجتمع الإسلامي الذي تطور وتوسع بعد الفتوحات الإسلامية وجد أمامه الكثير من الحالات الطبية العدلية التي لم تجد لها الحل إلا على يد الإمام علي عليه السلام الذي أصبح فصل الخطاب في تلك القضايا الجديدة والمعقدة حتى أن خلفاء عصره كانوا يهرعون إليه في حل المشاكل التي تواجههم ولا يستطيعون حلها ، حتى غدا علي عليه السلام المنقذ والمرشد للمسلمين ، خصوصاً في القضايا التي كان يثيرها أعداء الإسلام الذين يترقبون الفرص للنيل من عظمة الدين الإسلامي الحنيف . وهذا دليل ساطع وبرهاناً لامع على أن الإمام علي عليه السلام هو القرآن الناطق الذي أشار إليه النبي ﷺ في مناسبات كثيرة .

لقد كان أمير المؤمنين علي عليه السلام درع الإسلام الحصين ، والحامي المخلص الأمين لجميع المشاكل التي تعرض لها الدين الإسلامي ، سواء من

الناحية السياسية أو العسكرية أو الطبية وهو الذي قال فيه رسول الله ﷺ :
(علي أعلمكم ، أتقاكم ، أقضاكم) .

ما هو الطب العدلي ؟

هو من العلوم الحديثة التي تجمع بين مختلف العلوم والطب ، كعلم الفيزياء ، والكيمياء ، والسموم ، وعلم النفس ، وعلوم أخرى .

الطب العدلي يعتبر المسؤول عن معرفة أسباب الجريمة والظروف المحيطة بها . كان في بدايته بسيطاً يعتمد على الظواهر والأحداث والشواهد التي تقع وقت حدوث الفعل أو الجرم .

الطب العدلي له فوائد كثيرة في عصرنا الحاضر ، حيث أصبح يساعد الدوائر القضائية في تشخيص وكشف الجريمة والحدث ، ورفع الالتباس الواقع ، وتعيين زمن الوقوع ، وتشخيص الآلة أو السلاح المستعمل ، والتعرف على المادة الكيميائية في حالات التسمم المختلفة ، وتقدير عمر الجاني والمجنى عليه ، ومعرفة جنسه . كما ويلعب دوراً رئيسياً في كشف الحالات الجنسية وحالات الاختناق .

إن بداية الظواهر الطبية العدلية جاءت على لسان القرآن الكريم في آيات عديدة ذكرناها في كتابنا القرآن والطب الحديث نذكر منها :

﴿أَيَحْسَبُ الْإِنْسَانُ أَنْ نَجْمَعَ عِظَامَهُ * بَلَى قَادِرِينَ عَلَى أَنْ نُسَوِّيَ بَنَانَهُ﴾^(١) .

﴿فَالْيَوْمَ نُنَجِّيكَ بِبَدَنِكَ لِتَكُونَ لِمَنْ خَلَقَكَ آيَةً﴾^(٢) .

(١) سورة القيامة ، الآيتان : ٣ - ٤ .

(٢) سورة يونس ، الآية : ٩٢ .

﴿وَالَّذِينَ يَرْمُونَ الْمُحْصَنَاتِ ثُمَّ لَمْ يَأْتُوا بِأَرْبَعَةِ شُهَدَاءَ فَأَجْلَدُهُمْ ثَمَانِينَ جَلْدَةً وَلَا تَقْبَلُوا لَهُمْ شَهَادَةً أَبَدًا وَأُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ﴾^(١).

﴿وَجَاؤَا عَلَى قَمِيصِهِ بِدَمٍ كَذِبٍ﴾^(٢).

﴿قَالَ هِيَ رَأَوْدَتُنِي عَنْ نَفْسِي وَشَهِدَ شَاهِدٌ مِّنْ أَهْلِهَا إِنْ كَانَ قَمِيصُهُ قُدٌّ مِّنْ قَبْلٍ فَصَدَقَتْ وَهُوَ مِنَ الْكَاذِبِينَ * وَإِنْ كَانَ قَمِيصُهُ قُدٌّ مِّنْ دُبُرٍ فَكَذَبَتْ وَهُوَ مِنَ الصَّادِقِينَ﴾^(٣).

لقد لفتت تلك الآيات انتباه الجيل الأول من المسلمين ، وعلى رأسهم معجزة الدهر ومفسر العصر الإمام علي عليه السلام ، الذي يعتبر أول قاضٍ وطبيب عدلي إسلامي ، وضع للمسلمين القواعد العدلية التي يفتخر بها عالمنا القديم والحديث ، كالتفريق بين الشهود وتدوين الإفادات .

لقد كان حقاً معجزة العصر التي انفردت بأراء ونظريات وأساليب طبية عدلية لازالت تبهر العقول وتجعل العلماء يقفون بإجلال وتعظيم لتلك الشخصية التي بذلت قصارى جهدها للدفاع عن الحق وردع الباطل ؛ فهو :
- أول من فرق بين لبن أم الأنثى وأم الذكر ، وأن لبن أم الانثى على النصف من لبن أم الغلام ، لكون لبن أم الأنثى خفيف ، ولبن أم الذكر ثقيل .

- رفع الجلد عن المجنونة التي فجر بها أحد الرجال .

- إكتشف قاتل الرجل الذي خرج مع جماعة في سفر ولم يعود .

- حكم في قضية المرأة التي زنت وهي حامل .

- قضى في حادثة المرأة التي أنكرت إبنها .

(١) سورة النور ، الآية : ٤ .

(٢) سورة يوسف ، الآية : ١٨ .

(٣) سورة يوسف ، الآيتان : ٢٦ - ٢٧ .

- حكم في قضية المرأة التي جامعها زوجها ووقعت على جارية بكر وساحتها .

- أظهر الحق في قضية المرأة الباكر التي كبرت بطنها وشك إخوتها فيها .

- كان الفصل في مسألة الإمرأتين اللتين تنازعتا في طفل وتدعي كل واحدة منهن إنه ابنها .

- قضى في قضية الجارية التي شهدن عليها عدة نساء بأنها باغية ولم تكن باغية .

الإمام علي عليه السلام في هذه القضية المطروحة أمامه أراد وضع الحق في نصابه ، وأجراء الكشف بطريقة علمية لا تقبل الشك ، وبيان حقيقة إدعاء المرأة بأن الرجل قد اعتدى عليها واغتصبها . هذه القضية وغيرها التي تمس الشرف ، ليست من الأمور البسيطة ، لما يترتب عليها من قصاص بدني وآثار إجتماعية ونفسية ، لذلك قرر الإمام القيام بعملية فحص دقيقة تميز بين الحق والباطل ، من خلال الكشف على المواد البيضاء للزجة التي جاءت بها المرأة والتي تشبه نطفة الرجل . قام الإمام بإجراء الكشف ، مستعملاً أبسط الأشياء ، من خلال صب الماء المغلي على المواد للزجة العالقة بملابس المرأة ليعلم حقيقتها ، وبالفعل تكشفت الحقيقة ناصعة عندما تحولت تلك المواد إلى مادة بيضاء جامدة تعطي رائحة البيض المسلوق ، وبذلك أسقط ما في يد المرأة من ادعاء كاذب ، وثبتت براءة الرجل من هذا العمل الشيطاني الذي دبّره المرأة العاشقة .

والآن لنرى ماذا يعمل الطب العدلي الحديث لحالات الاغتصاب التي تحدث بكثرة في الوقت الحاضر .

تعريف الاغتصاب :

هو الاتصال الجنسي مع امرأة دون رضاها .

علامات الاغتصاب عند المرأة :

إما أن تكون موضعية في الجهاز التناسلي للمرأة ، أو علامات عامة سببها مقاومة المرأة للاعتداء .

١ - العلامات الموضعية :

أ - تمزق غشاء البكارة الواقع في مدخل المهبل هو العلامة الرئيسية التي تساعد حين وجودها على تشخيص الاغتصاب .

ب - يترافق الاغتصاب عند البواكر بنزف دموي مختلف الشدة مصدره غشاء البكارة ، لذلك يجب التفتيش عن البقع الدموية على ثياب الفتاة الداخلية وعلى الفراش أو على الأرض التي تم عليها الاغتصاب .

ج - يترافق الاغتصاب بدفق منوي تظهر آثاره في المهبل وعلى ثياب الفتاة وعلى جلد الناحية التناسلية . على أن فقدان هذه الآثار لا ينفي وقوع الجريمة .

د - يجب التفتيش عما قد يتركه المجرم على الناحية التناسلية للضحية من شعر يكون ذات أهمية كبيرة في إثبات التهمة عليه إذا بيّن الفحص وجود تماثل تام بينها وبين شعره .

هـ - قد يكون الاغتصاب سبباً في حصول عدوى سيلانية . أو إفرنجية ، إذا كان المعتدي مصاباً بأحد هذين المرضين .

و - قد ينتهي الاغتصاب بحصول الحمل عند المرأة المغتصبة .

علامات الاغتصاب العامة :

تنتج من مقاومة المرأة للرجل حين مواقعتها ، ولذلك فهي تدل على عدم رضا المرأة تبدو هذه العلامات بشكل كدمات أو سحجات ظفرية وخدوش على الوجه الأمامي الأنسي للفخذين حين محاولة المعتدي إبعاد فخذي الضحية ؛ كما تُرى على الأيديين والذراعين ، أو على الوجه ، وحول فوهتي الأنف والفم إذا حاول المجرم منع الضحية من الصراخ ، أو على العنق إذا حاول خنقها . وكثيراً ما تُفقد هذه العلامات الدالة على المقاومة عندما يتم الاغتصاب بشكل مباغت يشل مقاومة المرأة .

الفحص الطبي الشرعي في الاغتصاب :

يبدأ الفحص باستجواب المرأة ، فتسأل عن سنّها وتاريخ الاغتصاب الذي تدعيه ، وعن مكان وقوعه وكيفية حدوثه ، وعن مقدار الألم الذي رافقه . ثم تسأل عما إذا كانت قد قاومت المعتدي وحاولت الاستغاثة والنجاة ، أم إنها استسلمت له ، وعن الآثار التي خلفها الاعتداء من نزف أو غيره . ويلاحظ الطبيب طريقة مشي الفتاة ، وما إذا كانت المشية مؤلمة أم لا ، ويوجه عناية خاصة لاستقصاء الحالة النفسية للفتاة التي تكون مضطربة في حالة الاغتصاب . ثم تفحص المدعية بعد أخذ موافقتها . تفحص أولاً ملابس الفتاة التي كانت ترتديها حين الاعتداء ، وخاصة الملابس الداخلية ، بحثاً عن البقع الدموية أو المنوية أو تمزقات تدل على مقاومة الضحية للجاني . ثم يفحص جسم الضحية بحثاً عن آثار المقاومة من كدمات وسحجات ، ثم يفحص الجهاز التناسلي بسحب الشفران الكبيران إلى الأمام

والوحشي ، فتبدوا الناحية التناسيلة بشكل انخفاض يقع غشاء البكارة في قاعه ، ويبدو الغشاء أكثر وضوحاً وتتسع فوهته إذا ضغطت الفتاة على أسفل البطن كما هي الحال عند التغوط . يفتش الطبيب في الفرج عن آثار العنف ، من كدمات أو سحجات أو تمزقات ، ويستقصي حافة الغشاء الحرة بالإصبع المظلي بالفازلين .

وعند انتهاء الفحص تؤخذ عينات من شعر العانة ومن مغرقات المهبل لتحري الحيوانات المنوية فيه .

علامات الاغتصاب في الرجال :

إذا تم الاغتصاب بعد تغلب الجاني على مقاومة المرأة ، بدت عليه علامات المقاومة بشكل سحجات وكدمات وخدوش وعضات في الوجه واليدين وأي مكان آخر من جسمه . كما تظهر آثار المقاومة على ثيابه بشكل تمزقات وشقوق فيها . ويفتش عما علق بجسمه من شعر المجنى عليها ، فتفحص للتأكد من مصدرها ، وكذلك تفحص البقع الدموية التي ترى على ثيابه ، وتقارن بفتة دم المجنى عليها لمعرفة مصدرها . ويفحص المتهم أيضاً ، للبحث عما قد يحمله من إصابة زهرية وسيلانية لمقارنتها بما يكشفه فحص الضحية من هذه الأمراض .

فحص البقع المنوية^(١) :

تترافق الجرائم الجنسية بدفق السائل المنوي الذي يترك آثاره على

(١) الطب الشرعي للدكتور زياد درويش : ص ٤٣٣ .

ثياب الضحية وجسمها ؛ أو على ملابس المتهم أو على أرض الجريمة .
لذلك كان التعرف على البقع المنوية كبير الأهمية في إثبات هذه الجرائم .

الفحص الظاهري :

تتميز البقع المنوية الواقعة على سطوح بيضاء بلونها الأصفر الباهت ويكون رمادياً على الثياب الشديدة اللون . ويشتد لون البقع المنوية قرب حوافها التي تكون واضحة الحدود . كما تعرف البقع المنوية برائححتها الخاصة لاسيما إذا كانت حديثة العهد ، وبالصلابة التي تتركها في القماش الملوث فتجعله شبيهاً بالقماش المنشي . أما إذا وقع السائل المنوي على مادة غير قابلة للإمتصاص كالنسيج الصوفي أو السطوح الخشبية ، فإنه يشكل قشيرات رقيقة بيضاء أو سحائب لامعة .

إذا عرضت الألبسة المفحوصة للأشعة فوق البنفسجية أخذت البقع المنوية الموجودة عليها بريقاً أبيض اللون أو مصفراً يميزها عن بقية السطح المفحوص . وللكشف عن الحيامن هناك نوعان من الاختبارات :

١ - الاختبارات التمهيدية :

تتصف هذه الاختبارات بسهولة وسرعة عملها ، فإذا كانت سلبية أكدت أن البقعة المفحوصة ليست منوية ، وإن كانت ايجابية وجب على الفاحص إجراء اختبارات أخرى للتأكد من طبيعة البقعة المنوية .

أ - اختبار فلورانسى .

ب - اختبار الفوسفاتاز الحامضي .

٢ - الاختبارات المؤكدة :

أ - كشف الحيوانات المنوية .

إن أفضل دليل يؤكد البقعة المنوية هو وجود الحيوانات المنوية فيها .
ومن المعروف أن غياب الحيوانات المنوية من السائل المنوي أمر شائع نسبياً ، لذلك فإن سلبية الاختبار لا تكفي بشكل قاطع وحتمي للدلالة على أن البقعة المفحوصة غير منوية . يتألف الحيوان المنوي من رأس بيضوي الشكل يتراوح بين (٤ - ٥) ميكرون ، ومن ذنب طوله عشرة أضعاف الرأس تقريباً ، ويكفي أن يشاهد الفاحص حيواناً منوياً واحداً برأسه وذنبه ليؤكد وجود المنى .

لأي شخص تعود البقعة المنوية ؟

لقد تبين أن سوائل البدن ومفرزاته ، كاللعاب والبلازما والمنى وعصارة المعدة ، تحتوي على مولدات الراصة الخاصة بالمجموعة الدموية A. B.O أي أن شخصاً زمرة الدموية B يحوي مصله ومفرزاته على مولدات الراصة B. وهكذا .

والآن وبعد هذا الاستعراض لكيفية التعرف على علامات الاغتصاب ، تبين لنا عظمة الإمام علي عليه السلام الذي تمكن بأبسط الإمكانيات من كشف حقيقة ادعاء الاغتصاب من قبل المرأة ، بالرغم من عدم وجود الأجهزة والإمكانيات الطبية التي نشاهدها في الوقت الحاضر . وهذا دليل قاطع يدل على سعة علم الإمام ، وصفاء عقله ، وسداد رأيه ، وقوة حكمته ، وخلوص نيته ، ونقاء ضميره ، ورشادة إيمانه ، وسمو منزلته ، وعظيم قدره ، ودليل استقامته ، وحقيقة زهده ، وكمال معرفته ، وعلو همته ، وشدة بأسه ، وبعد نظره ، وبيان عدله ، وعدالة قضاءه .

النظافة من الإيمان

قال الإمام علي عليه السلام :

«أخذ الشارب من الجمعة إلى الجمعة أمان من الجذام والأمراض»^(١).

«تقليم الأظافر في يوم الجمعة قبل الصلاة يمنع الداء الأعظم»^(٢).

«نعم الطيب المسك ، خفيف محمله عطرٌ ريحه»^(٣).

«لا ينبغي للرجل أن يدع الطيب في كل يوم»^(٤).

(١) طب الأئمة : ص ١٠٦ .

(٢) المصدر السابق : ص ١٣٨ .

(٣) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٩ ص ٣٤١ .

(٤) الكافي : ج ٦ ص ٥١٠ .

ذكرنا في كتابنا القرآن والطب الحديث بأن الدين الإسلامي هو دين الصحة والنظافة . هذه الحقيقة تبلورت في السنة النبوية الشريفة حين صرح الرسول ﷺ بأن: «النظافة من الإيمان» «ان الله جميل يحب الجمال» «تنظفوا فإن الاسلام نظيف» إضافة إلى الأقوال التي وردتنا على لسان الأئمة الأطهار، والتي تتمحور على ضرورة رعاية النظافة العامة ونظافة البدن، كالالتزام بالأغسال المسنونة، ولبس الملابس النظيفة، واستعمال الطيب، وقص الشعر والعناية به، خصوصاً شعر الرأس والأبطين والشارب والعانة . الإمام علي عليه السلام كان السباق في ابداء تلك النصائح والإرشادات الطبية التي تقي الإنسان وتبعده عن الإصابة بالأمراض النفسية والجسدية؛ وكان صائباً في تشخيص الآفات والأخطار التي يتعرض لها الإنسان في حالة الإهمال وعدم الالتزام بالإرشادات التي هدفها حفظ حياته . الإمام عليه السلام هنا تطرق إلى قضايا جمالية لها تأثيرات مباشرة على نفسية الإنسان وسلامته، كتقليم الأظافر وقص الشارب والتطيب بالطيب .

الأظافر تقع في نهايات أصابع اليدين والأقدام، ويستعملها الإنسان في المشي والطعام والشراب والبيع والشراء ولمس الأشياء النظيفة وغير النظيفة، من فواكه وأطعمة ومياه وملابس ونقود ومختلف الحاجات الأخرى . فإذا كانت الأظافر طويلة تكدّست والتصقت تحتها الأوساخ والميكروبات التي تتولد منها الأمراض التي تؤثر على البدن وعلى الناس الذين هم في تماس مباشر مع المصاب .

أما الشارب الذي يقع في أعلى الفم، فانه إذا طال وتدلى داخله أصبح عساً ووكراً لذرات الغذاء العالقة والمكروبات المصاحبة، علماً بأن

الفم الذي يظلمه الشارب هو الممر الطبيعي الذي تمر من خلاله السوائل والأغذية التي في حالة تلوثها تصبح مصدراً ملائماً ودائماً للأمراض .

أما الأغسال المسنونة والعطور المستحبة ، فهي التي تعطي الفرد المسلم الإناقة والمظهر اللطيف ، والرائحة الطيبة التي تجذب الناس وتحببهم إليه . لقد كان رسول الله ﷺ يستعمل الطيب يومياً ويوصي به في المناسبات العامة ، كأوقات الصلاة والأعياد التي يكثر فيها الزحام وتطغى فيها الروائح الكريهة المنبعثة من الأجسام .

لذلك قال الإمام علي عليه السلام : « لا ينبغي للرجل أن يدع الطيب في كل يوم » وقال الإمام الرضا عليه السلام : « الطيب من أخلاق الأنبياء » .

الاسلام يريد منا أن نكون ذا ربح طيب ومنظر حسن ، أقوياء نظيفين ، محلقيين معطرين ، أتقياء مؤمنين ، سعداء محبوبين ، بالدين متمسكين ، ولأوامر الله مطيعين . لهذا نجد أن الرسول وأهل بيته الأطياب عليهم الصلاة والسلام كانوا النموذج الصالح لكل مؤمن ومؤمنة ، فكانوا لا يخرجون إلى المساجد إلا بعد الاغتسال والتطيب على الرغم من أن عرق بدن الرسول كان كالمسك الخالص الذي تبقى رائحته تعطر الأجواء لأيام عديدة .

الأظفار

فوائد الأظفار :

- ١ - فائدة جمالية .
- ٢ - تعطي الصلابة اللازمة لنهايات الأصابع .
- ٣ - تساعد الأصابع على الإمساك والعمل .

٤ - تحفظ نهايات الأصابع من التعرض للشدائد والضربات .

الأضرار الناتجة من طول الأظفار

- ١ - الإرباك أثناء العمل .
 - ٢ - التعرض للآلام أثناء العمل .
 - ٣ - حدوث جروح وآلام للجسم وتمزقات للألبسة بسبب طول الأظفار ونهايتها الحادة .
 - ٤ - مؤذية أثناء العمل مع الآخرين .
 - ٥ - مكان صالح للفضلات الغذائية وغيرها .
 - ٦ - مصدر من مصادر العدوى للجسم وللآخرين .
 - ٧ - عش صالح للميكروبات والطفيليات والفيروسات .
 - ٨ - طول الأظافر مكروه من الناحية الاخلاقية والاجتماعية لأنها تشبه الإنسان بالحيوانات المفترسة .
 - ٩ - طولها السمج يدل على الإهمال واللامبالاة .
 - ١٠ - إهمالها يدل على ضعف الإيمان وعدم الالتزام بوصايا الرسول وآل بيته الأطهار عليهم الصلاة والسلام .
- قال الإمام الصادق عليه السلام :
- «من السنة تقليم الأظفار»^(١) .
- وقال للمفضل بن عمر الجعفي :
- «يا مفضل تأمل واعتبر بحسن التدبير في خلق الشعر والأظفار ،

فإنهما لما كانا مما يطول ويكثر حتى يحتاج إلى تخفيفه أولاً فأول جعلاً
عديماً الحس لثلاً يؤلم الإنسان الأخذ منهما، ولو كان قص الشعر وتقليم
الأظافر مما يوجد الألم وقع من ذلك بين مكروهين: إما أن يدع كل واحد
منهما حتى يطول فيثقل عليه، وإما أن يخففه بوجع وألم»^(١).

الشارب

قال الرسول ﷺ :

«من السنة أن تأخذ من الشارب حتى يبلغ الأطار ولا يكون الشعر
على الشفة»^(٢).

«لا يطولن أحدكم شاربته فإن الشيطان يتخذه مخبأً يستتر به»^(٣).

فوائد الشارب

يقع الشارب أسفل الأنف على الشفة العليا للفم، وهو إحدى
العلامات التي تميز الرجل عن المرأة، وله فوائد عديدة:

- ١ - إحدى مظاهر زينة الرجل.
- ٢ - يمنع الرواشح الأنفية من دخول الفم.
- ٣ - يمنع عرق مقدمة الوجه من دخول الفم.
- ٤ - يساعد مع شعر الأنف على منع دخول الغبار والأوساخ
والحشرات الصغيرة إلى الأنف.

(١) توحيد المفضل: ص ٧١.

(٢) الكافي: ج ٦ ص ٤٨٧.

(٣) الكافي: ج ٦ ص ٤٨٨.

مضار طول الشارب

شعر الشارب الطويل الكث المتدلي داخل الفم له مضار كثيرة أهمها:

١ - تتجمع داخله الأتربة وذرات الغبار المتطايرة، إضافة إلى الأوساخ والميكروبات .

٢ - يزاحم الإنسان عند تناول الطعام .

٣ - منظر الشارب الطويل لا يتلائم مع جمال الانسان ولا يدل على الذوق والنظافة .

٤ - يؤدي إلى إصابة الشفة العليا بالحساسية .

٥ - الشعر المتدلي داخل الفم يشكل حاجزاً تترسب عليه المواد الغذائية السائلة والصلبة ذات الجزيئات الصغيرة، هذا الترسب يؤدي إلى تعفن تلك المواد مما يشجع الميكروبات على النمو والتكاثر، وبذلك يصبح شعر الشارب بؤرة لنشر الأمراض إلى اللثة والأسنان واللسان، إضافة إلى إمكانية تلوث الأنف بتلك الميكروبات العالقة .

٦ - يؤدي إلى إصابة الشفة العليا وأطراف الفم بالأمراض الفطرية .

٧ - يمكن أن يكون مصدر عدوى للأمراض للأشخاص الذين هم

في تماس مباشر في الطعام والشراب .

٨ - يشوه منظر الفم .

٩ - يؤدي إلى إنبعاث روائح كريهة من الفم .

١٠ - يدل على الإهمال واللامبالاة .

فوائد الطيب :

- ١ - دليل عملي وعقلي على العناية بالمظهر والهندام .
- ٢ - يؤدي إلى زيادة محبة الناس وصحبتهم .
- ٣ - برهان حي على حسن الذوق والسليقة .
- ٤ - دلالة أكيدة على الالتزام بالسنة النبوية .
- ٥ - دليل أكيد على طيب النفس وكرمها .
- ٦ - يؤدي إلى زيادة حب الزوجة لزوجها .
- ٧ - دليل على سمو الأخلاق .
- ٨ - يقوي الروح ويشد النفس .
- ٩ - دليل على الكرم والجود .
- ١٠ - إستعماله يؤدي إلى تعلق العائلة والأطفال بهذه السنة الحسنة .

أضرار ترك الطيب :

- ١ - إنبعاث الروائح المقززة من الجسم .
- ٢ - تنفر الناس والأصدقاء من تلك الروائح .
- ٣ - دليل انعدام الذوق .
- ٤ - برهان عملي على إهمال النظافة الفردية .
- ٥ - إعراض الزوجة عن زوجها .
- ٦ - دليل قاطع على عدم الالتزام بالنسبة النبوية .
- ٧ - مظهر من مظاهر البخل .

الأكثرية الجاهلة

قال الإمام علي عليه السلام :

«... وسائر الناس همج رعاع»^(١).

«يا كميل إن هذه القلوب أوعية ، فخيرها أوعاها للعلم ، فأحفظ عني ما أقول لك : الناس ثلاثة : فعالم رباني ، ومتعلم على سبيل نجاة ، وهمج رعاع أتباع كل ناعق ، يميلون مع كل ريح ، لم يستضيئوا بنور العلم ولم يلجئوا إلى ركن وثيق»^(٢).

«لم يستضيئوا بأضواء الحكمة ، ولم يقدحوا بزناد العلوم الثاقبة ، فهم في ذلك كالأنعام السائمة ، والصخور القاسية»^(٣).

(١) النهاية في غريب الحديث لابن الأثير : ج ٢ ص ٢٣ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ٣٤٦ .

(٣) تصنيف نهج البلاغة للبيب بيضون : ص ٦٩٤ .

قال الرسول الأكرم ﷺ : «إن الله تبارك وتعالى خلق العقل من نور مخزون مكنون في سابق علمه الذي لم يَطْلُع عليه نبي مرسل ولا ملك مقرب ، فجعل العلم نفسه ، والفهم روحه ، والزهد رأسه ، والحياء عينيه ، والحكمة لسانه ، والرأفة فمه ، والرحمة قلبه ، ثم حشاه وقواه بعشرة أشياء : باليقين والإيمان والصدق والسكينة ، والإخلاص والرفق ، والعطية والقنوع ، والتسليم والشكر»^(١) .

وقال الإمام علي عليه السلام :

«العقل مصلح كل أمر . وصديق كل إنسان عقله ، وعدوه جهله .
والعقول ذخائر والأعمال كنوز»^(٢) .

أول ما خلق الله العقل ثم أودعه في جسم الإنسان ، وهو من النعم الكبيرة التي من الله بها على العباد . والعقل هو الدليل والهادي للإنسان بكافة أفعاله وأعماله . ومن عمل بعقله سلك طريق الخير وعاش السعادة التي أرادها الله له ، وبالعكس من وضع العقل جانباً وتصرف وفق رغبته وهواه صار جاهلاً سقيماً لا يرى في دنياه إلا الغواية الشيطانية التي تحبب له فعل الشر والمنكرات ؛ وتجعله عبداً مطيعاً لشهواته وآماله الزائفة ، وأسيراً لأحلامه الكاذبة التي تستحوذ على فكره وعقله وتجعله مطية تقاد حيثما تشاء ، مثله كمثل الحيوان الذي يقوده الآخرون ، فلا يبقى عنده من صفات الإنسان إلا الهيئة والشكل . لذا فإن أول ما يحاسب الله عليه العباد هو العقل وكيفية الاستفادة منه . قال الإمام موسى بن جعفر عليه السلام :

(١) معاني الأخبار : ص ٣١٣ .

(٢) كنز الفوائد : ص ١٩٤ .

«إن لله على الناس حجتين ، حجة ظاهرة وحجة باطنة ، فأما الظاهرة فالرسل والأنبياء والأئمة عليهم السلام ، وأما الباطنة فالعقول»^(١) .

وقال الإمام الرضا عليه السلام :

«صديق كل امرئ عقله وعدوه جهله»^(٢) .

ولنا أن نتصور حالة الإنسان إذا اجتمع عنده الجهل والهوى والغواية وسار في طريق الشيطان ، وغلبت على عقله الأحلام الكاذبة حيث صار لا يؤمن عليه من عذاب الله الذي إذا جاء لا يُرد ولا يُبدل .

إن المسألة التي تؤلم القلب وتوخز الضمير ، هو أن أغلب الناس وضعوا عقولهم جانباً وصاروا يعيشون الحياة كالبهائم بلا عقل ولا دليل ، يميلون مع كل ريح فاسدة تؤمن لهم الشهوات والأطماع ، وينعقون مع كل ناعق يطلب الدنيا وزخارفها . ضلوا الطريق فوقعوا أسرى في شباك الشيطان الذي قال عنهم : ﴿لَئِنْ أَخَّرْتَنِ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ لِأَحْتَنِكَنَّ ذُرِّيَّتَهُ إِلَّا قَلِيلاً﴾^(٣) .

نفوس فاسدة طبع الله على قلوبها ، فلم تبق فيها إلا وسوسة الشيطان الذي زين لها الباطل فتعامت عن الحق وتمسكت بالباطل ورفعت راية الضلال والطغيان . نفوس نمت وتغذت على الباطل والمال الحرام ، فتحولت بمرور الزمان إلى أجسام بشرية بقلوب شيطانية .

أكثرية ازدادت عدداً من أيام النبي نوح عليه السلام حيث ، كانوا يعبدون الأصنام ، ولم يستجيبوا لنداء النبي الذي دعاهم إلى التوحيد وعبادة الله بدل

(١) أصول الكافي : ج ١ ص ١٦ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ١٨٦ .

(٣) سورة الإسراء ، الآية : ٦٢ .

الأصنام التي صنعوها بأيديهم ، واستمروا في العناد لمدة ألفٍ الا خمسين عاماً ، لم تنفع معهم النصائح والإرشادات بل لجو في عتو ونفور ؛ ولما يأس نوح عليه السلام من قومه قبول الحق وأنه لن يؤمن من قومه إلا من قد آمن ﴿وَمَا آمَنَ مَعَهُ إِلَّا قَلِيلٌ﴾^(١) دعى ربه ليهلك تلك الأمة الكافرة التي سخرت منه ومن الذين آمنوا معه ، وحدث الطوفان الذين قضى على جميع الكافرين إلا الفئة المؤمنة القليلة التي كات معه في السفينة .

وبعد مرور مئات السنين عمرت الأرض وازدادت النفوس ، فأرسل الله نبيه موسى عليه السلام لينذر الناس كافة وبني اسرائيل خاصة . وقام موسى بالدعوة لدين الله ، كذبه فرعون أولاً ، فاضطرّ للعبور مع بني اسرائيل إلى سيناء ، تبعه فرعون وجنوده ، وكان مصيره الغرق . وحين استقر بنو اسرائيل في سيناء طلبوا الماء ، ضرب موسى عليه السلام الحجر فانفجرت منه اثنتا عشرة عيناً باذن الله ، بعد ذلك أنزل الله عليهم المنّ والسلوى ، وما أن غاب موسى أربعين ليلة حتى انقلبت الأكثرية وأتبعوا السامري وعجله ، ولم تكتف بذلك بل طلبت الفوم والعدس والقثاء بدل المنّ والسلوى . هذه التقلبات والطلبات تدل بلا ريب على أن الأكثرية من بني اسرائيل سريعة القلب ، كثيرة الأهواء ، ضعيفة الإيمان ، ومستعدة لاتباع أي دجال يطيع الشيطان . لتلك الأسباب نزل بهم العذاب الذي استحقوه بسفاهتهم . ومضى موسى إلى ربه ، فأرسل الله عيسى بن مريم عليه السلام بالآيات والمعجزات الكافية للدلالة على نبوته ؛ إلا أن بني اسرائيل كذبوه وحاربوه بلا هوادة ، وأتهموا أمه بأبشع الاتهامات ، وأخيراً تأمروا على قتله ، إمعاناً بالكفر والضلال ،

حدث هذا والأغلبية ساكتة أو مؤيدة لما يجري .

وأخيراً ختم الله الرسالات السماوية بمجيء سيدنا ومولانا الرسول الأكرم محمد بن عبدالله ﷺ ، الذي بلغ ونصح ، وأرشد وأنذر ، ووضي وحذر ، ووضح بجلاء لا يقبل الشك والنسيان شريعة الله وأوامره . ولكن حدث ما حدث مع سائر الأنبياء ، فقد تركت الأكثرية أوامر الله ورسوله ، مخالفة حبلى الله المتين خليفة النبي أمير المؤمنين علي بن أبي طالب عليه السلام ، وأنكرت بيعتها له يوم الغدير ، مفضلة عليه من هو أدنى درجة في العلم والشجاعة والإيمان ، وما ذلك إلا بسبب تفاهة العقول ، وسقم الرأي ، وضعف الإيمان ، فتعرض الإسلام والمسلمون بهذه البيعة إلى هزات ونكسات دينية واجتماعية عنيفة تبيعتها مذابح كثيرة . ولو أن الأكثرية اتبعت أوامر الله ورسوله لما آلت الأمور إلى ما عليه الآن ، ولكن الله أبى إلا امتحان نعمة العقل ، فكانت نكسات تلوها نكسات حتى تولوها بنو أمية وبنو العباس الذين بدّلوا دين الله وأشاعوا الفساد واتبعوا الأهواء ، فصارت إمارة المسلمين ملكية وراثية لا تخضع لعلم أو دين . وهكذا تسلط الطواغيت على رقاب الناس ، لتستمر المآسي من طاغٍ إلى طاغٍ حتى عصرنا الحاضر ، الذي رأينا وسمعنا فيه العجائب والغرائب من تصرفات وعمل الأغلبية التي نست الدين وعبدت الطاغوت والمادة ، واعتنقت الأفكار الالحادية ، وصارت تنتخب قادة شيوعيين وملحدين وشواذ جنسياً وأخلاقياً ، كميلوسويج وشارون وكليتون ، الذين لم يألوا جهداً لمحاربة الأخلاق والفضائل والدين . إنها مأساة حقيقة عندما تقوم الأكثرية الحمقاء بانتخاب القتل ورواد الانحلال الجنسي والشذوذ ، فتباً وقبحاً للهمج الرعاع أتباع كل ناعق الذين قال عنهم الإمام علي عليه السلام : « قَدْ تَصَافَيْتُمْ عَلَى رَفْضِ الْآجِلِ ،

وَحُبُّ الْعَاجِلِ وَصَارَ دِينُ أَحَدِكُمْ لَعَقَةً عَلَى لِسَانِهِ ، صَنِيعٌ مِنْ فَرَعٍ مِنْ عَمَلِهِ ، وَأَحْرَزَ رِضَا سَيِّدِهِ» (١) .

إن الله العليم الحكيم ، الخبير الكريم ، العالم بخائنة الأعين وما تخفي الصدور ، الذي خلق الإنسان ويعلم ما توسوس به نفسه ، هو الذي اختار الأنبياء والرسل ، والأوصياء والنقباء ، والحواريين والأئمة المعصومين ، ولم يجعل ذلك بيد الإنسان اختياراً أو انتخاباً ﴿وَرَبُّكَ يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَيَخْتَارُ مَا كَانَ لَهُمُ الْخِيَرَةُ﴾ (٢) .

لأن الله بعلمه الذاتي علم بأن الأكثرية ليست مؤهلة للانتخاب أو الاختيار ، لكونها جاهلة لا تعلم الأصلح والأفضل ، لأنها تتبع الهوى فتقع حتماً في الخطأ المحتوم الذي يؤدي بها إلى الهلاك والضياع .

رأي القرآن بالأكثرية :

القرآن الكريم الذي نزل على قلب الرسول ﷺ ذم الأكثرية الجاهلة التي لم تأخذ من الدين إلا ما يوافق هواها واطماعها في مواطن كثيرة ؛ لعدم إيمانها بالغيبات الأكيدة التي صرح بها القرآن والرسول ، وانغماسها في الشهوات والمنكرات ، ونسيانها الموت والحساب والحشر والمعاد والجنة والنار . والقرآن عبر عنهم بآيات عديدة منها :

﴿بَلْ أَكْثَرُهُمْ لَا يُؤْمِنُونَ﴾ .

﴿وَأَكْثَرُهُمْ فَاسِقُونَ﴾ .

﴿وَإِنْ أَكْثَرُهُمْ فَاسِقُونَ﴾ .

(١) شرح نهج البلاغة أبي الحديد : ج ٧ ص ٢٤٧ .

(٢) سورة القصص ، الآية : ٦٨ .

- ﴿وَأَكْثَرَهُمْ لَا يَعْقِلُونَ﴾ .
- ﴿وَلَكِنْ أَكْثَرُ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ﴾ .
- ﴿وَلَكِنْ أَكْثَرُ النَّاسِ لَا يُؤْمِنُونَ﴾ .
- ﴿وَلَقَدْ ضَلَّ قَبْلَهُمْ أَكْثَرُ الْأُولِينَ﴾ .
- ﴿بَلْ أَكْثَرَهُمْ لَا يَعْلَمُونَ﴾ .
- ﴿وَمَا كَانَ أَكْثَرَهُمْ مُؤْمِنِينَ﴾ .
- ﴿كَانَ أَكْثَرَهُمْ مُشْرِكِينَ﴾ .
- ﴿وَلَا تَجِدْ أَكْثَرَهُمْ شَاكِرِينَ﴾ .
- ﴿وَقَلِيلٌ مِنْ عِبَادِيَ الشَّكُورُ﴾ .
- ﴿وَإِنْ وَجَدْنَا أَكْثَرَهُمْ لَفَاسِقِينَ﴾ .
- ﴿وَلَكِنْ أَكْثَرَهُمْ لِلْحَقِّ كَارِهُونَ﴾ .
- ﴿وَمَا وَجَدْنَا لِأَكْثَرِهِمْ مِنْ عَهْدٍ﴾ .
- ﴿وَمَا يُؤْمِنُ أَكْثَرُهُمْ بِاللَّهِ إِلَّا وَهُمْ مُشْرِكُونَ﴾ .
- ﴿وَكَثِيرٌ مِنْهُمْ سَاءَ مَا يَحْكُمُونَ﴾ .
- ﴿وَكَثِيرٌ مِنْهُمْ فَاسِقُونَ﴾ .
- ﴿ضَلُّوا وَأَضَلُّوا كَثِيرًا﴾ .
- ﴿وَإِنْ كَثِيرًا مِنْ النَّاسِ عَنْ آيَاتِنَا لَغَافِلُونَ﴾ .
- ﴿وَإِنْ كَثِيرًا مِنْ النَّاسِ لَفَاسِقُونَ﴾ .
- ﴿وَتَرَى كَثِيرًا مِنْهُمْ يَتَوَلَّوْنَ الَّذِينَ كَفَرُوا﴾ .
- ﴿لَا تُبْعَثُ الشَّيْطَانُ إِلَّا قَلِيلًا﴾ .
- ﴿فَلَمَّا كَتَبَ عَلَيْهِمُ الْقِتَالَ تَوَلَّوْا إِلَّا قَلِيلًا مِنْهُمْ﴾ .
- ﴿وَلَا تَزَالُ تَطَّلِعُ عَلَى خَائِنَةٍ مِنْهُمْ إِلَّا قَلِيلًا﴾ .

- ﴿وما آمن معه إلا قليل﴾ .
﴿لئن إخرتن إلى يوم القيامة لأحتنكن ذريته إلا قليلاً﴾ .
﴿وإن كثيراً من الناس بلقاء ربهم لكافرون﴾ .

لماذا تقف الأكثرية هذا الموقف ؟

رب سائل يسأل : لماذا تقف الأكثرية هذا الموقف المخالف للعقل والفطرة والدين ؟ والجواب واضح لكل ذي بصيرة ، فتلك الفئة من الناس ضعيفة الإيمان ، لم تتور بنور العلم ، ولم تستفيد من عقلها الذي منحه الله لها ، فراحت تتخبط في دياجير الظلام ، ومجاهل الدنيا ، وغرها بالله الغرور . هذا الموقف نتج من اسباب عديدة تراكمت وتجمعت لتقودهم إلى هذه النهاية المؤلمة .

الأسباب

- ١ - حب الدنيا .
- ٢ - زيادة الشهوة .
- ٣ - ضعف الإيمان .
- ٤ - الفقر .
- ٥ - التعرض للأزمات والشدائد .
- ٦ - الجهل .
- ٧ - إنعدام الثقافة .
- ٨ - حب الانتقام .
- ٩ - الطمع .

١٠ - حب السلطة والمنصب .

١١ - التفاخر .

١٢ - الغرور .

١٣ - تسلط الطغاة .

١٤ - الحسد .

١٥ - التعلق بالآمال .

١٦ - العداوة والبغضاء .

والآن لتعرف على الأمراض الكامنة والمكتسبة التي ساعدت مع
المسببات على جعل الأكثرية جاهلة عمياء تلهث وراء منافعها ومصالحها .

الأمراض :

١ - الغرور .

٢ - الأنانية .

٣ - الجهل .

٤ - داء العظمة .

٥ - الهستريا .

٦ - التكبر .

٧ - العجب .

٨ - الطغيان .

٩ - حب المال والمنصب .

١٠ - الوسوسة .

من كل ما تقدم يتضح أن أغلب الأسباب التي تجعل الأغلبية أو
الأكثرية تنعق مع كل ناعق هي اسباب مرضية نفسية على الأغلب ،

خصوصاً مرض حب الدنيا الذي هو رأس كل خطيئة .

صفات الإنسان المريض :

من المعقول افتراض وجود صفات تكوينية وعاطفية في بعض الناس يمكن أن تدعى بالشخصية الهستيرية وتتصف بما يلي :

١ - تقبل الإيحاء : أي أن الإرادة والثقة بالنفس ضعيفة ، بحيث يمكن بسهولة وبجهد يسير إدخال الأفكار والمؤثرات والانفعالات الخارجية إليها . لذلك نرى الشخصية الهستيرية ساذجة بسيطة ، تنخدع بالأخبار والحوادث المثيرة وحتى الكاذبة ، حيث تصدق الإشاعات ، وتتسرع باتخاذ القرارات الموحاة لها دون تروّي أو تدقيق في صحة المعلومات .

٢ - الطبع الإنبساطي :

إنها شخصية مفتوحة للناس ، ولكن علاقاتها سطحية غير مخلصة ، وذات عواطف غير ثابتة ومتقلبة .

٣ - عدم ضبط الانفعالات :

الشخصية الهستيرية متقلبة تنفصل بسرعة وتخمد بسرعة ، فهي تتذبذب من حب الحياة إلى اندفاع غير صادق لقتل النفس أو الآخرين .

٤ - القابلية على التشطير .

من أبرز صفات الشخصية الهستيرية قدرتها على الجلوس على التل ، أي الانسحاب من ميدان المعركة ، واعتبار المعركة ظاهرة أو مشكلة بعيدة عنه .

٥ - عدم تكامل النضج الوجداني :

أي أن العواطف غير مستقرة عند حدود واضحة المعالم ، فالتغير في

٣٢٠ نهج البلاغة والطب الحديث

المواقف سريع ، والأندفاع الأحمق من دون شعور بالخجل والندم أو الذنب تدل جميعها على عدم البلوغ الوجداني ، حتى وإن كان الشخص قد تجاوز مرحلة الشباب وقارب مشارف الكهولة .

٦ - الأنانية :

الشخصية هنا تحب نفسها ، وتهوى العبث والدلال ، وتستجدي الاهتمام .

٧ - تعدد الشخصية :

وهو أخطر أنواع الانشطار الروحي ، إذ يتخذ المصاب شخصية تخالف بطبعها وسلوكها الشخصية الأصلية . وهناك حالات شخصية ثلاثية ورباعية .

٨ - الكسب الشخصي :

يتنفع المصاب بما يظهره من أعراض غير حقيقية ، كأن تمد له يد المعونة والمساعدة أو إعفائه من بعض الخدمات والأعمال . تحدث هذه الأعراض في كل الأعمار ، ولكنها غالباً ما تحدث في مقتبل العمر وخاصة في مراحل الشباب ، كما تكثر في نهاية العمر أي أواخر الكهولة والشيخوخة .

نصائح غذائية

قال الإمام علي عليه السلام :

«لا تَطْلُبِ الحَيَاةَ لِتَأْكُلَ ، بَلِ اطْلُبِ الأَكْلَ لِتَحْيَا»^(١) .

«لا تَجْلِسْ عَلَى الطَّعَامِ إِلَّا وَأَنْتَ جَائِعٌ ، وَلَا تَقُمْ عَنْهُ إِلَّا

وَأَنْتَ تَشْتَهِيهِ ، وَجَوْدَ الْمَضْغِ ، وَاعْرِضْ نَفْسَكَ عَلَى الْخَلَاءِ إِذَا نُمْتَ ،

فَإِذَا اسْتَعْمَلْتَ هَذِهِ اسْتَغْنَيْتَ عَنِ الطَّبِّ»^(٢) .

«كَثْرَةُ الطَّعَامِ تُمِيتُ الْقَلْبَ كَمَا تُمِيتُ كَثْرَةُ الْمَاءِ الزَّرْعَ»^(٣) .

«مَنْ شَبَعَ عَوْقَبَ فِي الْحَالِ ثَلَاثُ عُقُوبَاتٍ : يُلْقَى الْغِطَاءُ

عَلَى قَلْبِهِ ، وَالنَّعَاسُ عَلَى عَيْنِهِ ، وَالْكَسَلُ عَلَى بَدَنِهِ»^(٤) .

«كَمْ مِنْ أَكَلَةٍ مَنَعَتْ أَكْلَاتٍ»^(٥) .

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٢٠ ص ٣٣٣ .

(٢) الخصال للصدوق : ص ٢٢٩ .

(٣) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٢٠ ص ٣٢٥ .

(٤) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٢٠ ص ٣٢٠ .

(٥) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ٢٧١ .

الغذاء المطلوب :

يجب أن يكون متعدد النوع والشكل والطعم ، ومتلائم مع حاجات وفعالية جسم الإنسان وذوقه ، علماً بأن جسم الإنسان المتوسط الحجم بحاجة يومية إلى (٣٠٠٠) سعرة حرارية للرجال و(٢٢٠٠) سعرة حرارية للنساء ، علماً بأن الغذاء الصالح والمطلوب يجب أن تتوفر فيه المتطلبات الضرورية لنمو وبناء الجسم وإدامة الفعالية اليومية على أحسن وجه ، مضافاً إليها توفر الشروط الصحية والنوعية والنفسية في الغذاء الذي يُقدم ، كي يتناوله الإنسان بشوق ورغبة وإقبال .

الغذاء المتناول يتطلب أن تراعى فيه جوانب عديدة : كالعمر ، والوزن ، وشروط العمل ، وسلامة الإنسان ، والأجواء التي يعيش فيها ، مضافاً إليها نوع الجنس وحالة الحمل عند النساء .

إن الوراثة تعتبر من العوامل المؤثرة في تناول وهضم وتمثيل المواد الغذائية ، أما حالة الإنسان الصحية وتعرضه للمرض أثناء تناول الغذاء ، فهي عامل آخر يدخل في عملية التمثيل والتصريف .

الإسلام وادراكاً منه لخطورة الموضوع حذر على لسان القرآن

الكريم : ﴿ فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ ﴾ ^(١) .

﴿ يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا

وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾ ^(٢) .

وعلى لسان الرسول الكريم ﷺ : « ما ملأ آدمي وعاء شراً من

(١) سورة عبس ، الآية : ٢٤ .

(٢) سورة الأعراف ، الآية : ٣١ .

بطنه»^(١).

و«نحن قوم لا نأكل حتى نجوع ، وإذا أكلنا لا نشبع»^(٢).
وعلى لسان وصي رسول الله علي عليه السلام : «كثرة الطعام تميت القلب
كما تميت كثرة الماء الزرع»^(٣).
والإمام الصادق عليه السلام يقول : «الأكل على الشبع يورث البرص»^(٤).

كثرة الطعام :

قال أمير المؤمنين الإمام علي عليه السلام : «إياكم والبطنة ، فإنها مقساة
للقلب ، مكسلة عن الصلاة ، مفسدة للجسد»^(٥).
و«إذا ملئ البطن من المباح غمي القلب عن الصلاح»^(٦) و«قلة الأكل
تمنع كثيراً من أعلال الجسد»^(٧) و«من قل أكله صفي فكره»^(٨).

الأعراض التي تحدث بسبب كثرة الطعام (السمنة) :

١ - أعراض نفسية تصيب الإنسان بسبب الحسد وزيادة الوزن ،
وعدم القدرة على مجارات الآخرين وانجاز الأعمال الخاصة والعامة .

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ٣٣٠ .

(٢) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ٣٣٠ .

(٣) مكارم الأخلاق : ١٤٧ .

(٤) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ٣٣١ .

(٥) عيون الحكم والمواعظ : ص ١٠١ .

(٦) غرر الحكم : ص ٢٢٧ حديث ٤٢٢٧ .

(٧) مستدرک الوسائل : ج ١٦ ص ٢١٣ .

(٨) عيون الحكم والمواعظ : ٤٥٦ .

- ٢ - أعراض عملية وفيزيولوجية : المصاب بالسمنة لا يمكنه القيام بالأعمال العادية كبقية الناس ، لأنه بطيء الحركة ، سريع التنفس ، ترهقه الأعمال البسيطة ويتعثر بأبسط الأشياء أثناء العمل .
- ٣ - كثير التعرض للإصابة بالأمراض الجلدية .
- ٤ - الاستعداد للإصابة بالأمراض التنفسية .
- ٥ - الإصابة بارتفاع ضغط الدم .
- ٦ - الإصابة بمرض تصلب الشرايين .
- ٧ - الإصابة بمرض تخثر الأوردة الدموية .
- ٨ - الاستعداد للإصابة بالجلطة القلبية والدماعية .
- ٩ - إزياد الإصابة بمرض السكر .
- ١٠ - الاستعداد للإصابة بالأمراض الكلوية المختلفة .
- ١١ - الاستعداد للإصابة بالتهاب المرارة وتكلس الإفرازات داخلها .
- ١٢ - التهاب المفاصل وضعف العظام .
- ١٣ - التعرض للإصابة بداء النقرس .
- ١٤ - التعرض للخطورة أثناء إجراء العمليات الجراحية .
- ١٥ - قصر العمر والتعرض للمضاعفات .

بعد هذا الاستعراض الموجز لمضار الإسراف في تناول الطعام والمضاعفات الناتجة عنه ندقق بامعان كثير بقول الإمام علي عليه السلام : «كم من أكلة منعت أكالات» الذي يحذرنا من خطورة الإسراف في تناول المواد الغذائية وعدم الإلتزام بالتعليمات الصحية والدينية والتي ينتج عنها أنواع الأمراض جراء الإهمال المتعمد أو غير المتعمد .

إن الأبحاث والدراسات أكدت بأن بعض الناس الذين ينسون أنفسهم

في كثير من الحالات ، ويقدمون على تناول وجبة غذائية كبيرة ودسمة ، أو مسمومة أو حارة الطعم والمذاق لا تتحملها المعدة والبدن ، يتعرضون إلى صدمات نفسية وطبية آنية وسريعة أو بعد عدة ساعات ، بحيث تصبح تلك الأكلات سبب مباشر أو غير مباشر في إضعاف وتحطيم قابلية الإنسان على تناول الطعام لمدة قصيرة أو طويلة طبقاً للمسبب الذي أدى إلى حدوث الأعراض الناتجة من جراء تناول تلك الوجبة الغذائية المؤذية . ومن المناسب أن نستعرض بعض الأعراض والأمراض التي تحدث نتيجة ذلك الخطأ الغذائي :

الأعراض والأمراض :

- ١ - الحسد وما يتبعه من أضرار نفسية وجسدية .
- ٢ - أضرار روحية وجسدية نتيجة تناول الطعام الحرام .
- ٣ - العقوبة أو دخول السجن في حالة تناول الطعام المغصوب أو المسروق .
- ٤ - حدوث حروق وجروح موضعية في جدار الفم نتيجة تناول الغذاء الحار .
- ٥ - حدوث الشربة أثناء تناول الطعام قد تؤدي إلى مضاعفات خطيرة أو الموت .
- ٦ - تناول وجبة غذائية كبيرة تحتوي على الدهون بالخصوص ليلاً قد تؤدي إلى حدوث سكتة قلبية قاتلة .
- ٧ - تناول وجبة غذائية كبيرة قد تقود إلى التهاب حاد للمعدة .
- ٨ - حدوث قرحة في المعدة والمرئ في حالة تناول غذاء يحتوي

على توابل وحوامض .

- ٩ - تناول الأغذية المخبّضة (كالتوابل والمواد التي تحتوي على مركبات كيميائية) قد ينتج عنها نزف من المعدة والأثني عشر .
- ١٠ - قد يؤدي الغذاء الملوّث إلى حالة تقيّ شديدة يصاحبها نزف دموي .

١١ - الغذاء الملوّث أو المسموم قد ينتج عنه حالة إسهال شديدة كالتلوّث بضمّات الكوليرا وغيرها .

١٢ - يصاب الإنسان بضعف عام وجفاف شديد للبدن ، نتيجة لفقد الكثير من السوائل وعدم تناول الغذاء .

١٣ - الإغماء في حالات التسمم الشديد بالمواد الكيميائية .

١٤ - الإصابة بأنواع الدزنتري الحاد والمزمن .

١٥ - بروز الحساسية الغذائية ، الحادة والمزمنة .

١٦ - اضطراب والتهاب الكلى والمجاري البولية .

١٧ - التهاب فتحة المخرج والبواسير الشرجية .

١٨ - حدوث توسع حاد في المعدة وما يصاحبها من مضاعفات قد تؤدي إلى الموت .

١٩ - إنتفال المعدة أو الأمعاء .

٢٠ - الإصابة بالجلطة الرئوية نتيجة حدوث تخثرات في القلب أو

القدمين .

٢١ - الإصابة بالجلطة الدماغية نتيجة حدوث تخثرات أو إرتفاع

ضغط الدم .

٢٢ - إتهاب الكبد الحاد أو المزمن .

٢٣ - الإصابة بحالة إنهيار عصبي .

٢٤ - التهاب اللثة والأسنان .

٢٥ - التهاب البنكرياس الحاد .

٢٦ - التهاب المرارة الحاد .

٢٧ - حدوث انفجار معوي حاد .

٢٨ - التهاب الزائدة الدودية .

٢٩ - إصابة الأمعاء بمرض السل في حال تلوث الغذاء بميكروب

السل .

٣٠ - حدوث فتوق مختلفة في الجسم كالفتق السروي والمغربي .

من كل ما تقدم نستخلص أن تناول الطعام بنهم وإسراف يؤدي إلى مشاكل كثيرة قد تعرض حياة الإنسان للخطر ؛ ولو تمعنا في الحكمة الدينية والنصيحة الطبية التي أوصى بها الإمام عليه السلام «لا تجلس على الطعام إلا وأنت جائع ، ولا تقم عنه إلا وأنت تشتهي ، وجود المضغ ، وأعرض نفسك على الخلاء إذا نمت ، فإذا استعملت هذه استغنيت عن الطب» لما وقعنا في خطأ أو مشاكل ، ولما احتجنا إلى مراجعة طبيب وتلف الوقت ، وخسران الصحة والمال .

إنها بحق نصيحة طبية خالدة ، نافعة ، شاملة ، هدفها الأساسي سلامة الإنسان والحفاظ على حياته وصحته وتفكيره ؛ علماً بأن الذين يتناولون الطعام بكميات كبيرة تتأهبهم حالات مرضية عديدة :

أولاً : ضعف القدرة على التفكير والكتابة والأعمال الحسابية التي تحتاج إلى الذكاء والتفكير ، لأن كميات كبيرة من الدم يقوم الجسم بسحبها من الدماغ والرئة والقلب والعضلات إلى المعدة والأمعاء ، للمساعدة على

هضم تلك الكمية الكبيرة من الغذاء الداخل إلى الجهاز الهضمي .
 ثانياً: أن نقص كميات الدم التي تزود الدماغ تؤدي إلى الشعور
 بالنعاس وحب النوم ، والرغبة في تأجيل الأعمال الملقاة على عاتق
 الإنسان ؛ لكون الخلايا الدماغية أصبحت غير قادرة على القيام بوظائفها
 بصورة صحيحة .

ثالثاً: إن إلتخام المعدة بكميات كبيرة من الطعام تقود الإنسان إلى
 الخمول والكسل بسبب ما ذكرناه ، لذلك نلاحظ أن الإنسان المتخمر يميل
 إلى التراخي والإهمال بدل النشاط والعزيمة .
 والآن لنمضي قدماً مع الإمام عليه السلام في صفحات محددة وهو يصف لنا
 خواص بعض الأطعمة والأشربة والفواكه .

البيض

قال الإمام علي عليه السلام : «أن نبياً من الأنبياء شكوا إلى الله تعالى قلة
 النسل في أمته ، فأمره أن يأمرهم بأكل البيض ، ففعلوا ، فكثر النسل
 فيهم»^(١) .

يعتبر البيض غذاءً كاملاً ، لكونه يحتوي على جميع العناصر الغذائية
 التي يحتاجها الجسم ، وهو غذاء الطبقات الغنية والفقيرة على السواء .

تركيب البيض :

بياض البيض يحتوي كل ١٠٠ غم منه على :

ماء ٨٧,٨ غرام .

كربوهيدرات ١ غم .

حامض نيكوتينيك ٠,٨ ميلليغرام .

حامض بانتوثينيك ٠,٣ ميلليغرام .

كالسيوم ٦ ميلليغرام .

فسفور ١٧ ميلليغرام .

بروتين ١٠,٨ غرام .

فيتامين ب ٢ ٠,٢٣ ميلليغرام .

بوتاسيوم ١٠٠ ميلليغرام .

حديد ٠,٢ ميلليغرام .

كبريت ٢٠٠ ميلليغرام .

صفار البيض : يحتوي كل ١٠٠ غرام منه على ما يلي :

ماء ٤٩,٥ غرام .

كربوهيدرات ٠,٧ غرام .

بروتين ١٦ غرام .

فيتامين ب ١ ٠,٣٢ ميلليغرام .

حامض نيكوتينيك ٠,٠٢ ميلليغرام .

حامض بانتوثينيك ٣ ميلليغرام .

كالسيوم ١٤٧ ميلليغرام .

نحاس ٠,٤ ميلليغرام .

كبريت ١٩٤ ميلليغرام .

حديد ٧,٢ ميلليغرام .

فسفور ٥٦٤ ميلليغرام .

بوتاسيوم ١٠٠ ميلليغرام .

فيتامين ب ٢ ٠,٥٢ ميلليغرام .

فيتامين (أ) ٣٢١٠ وحدة دولية .

فيتامين (د) ١٠٠٠ وحدة دولية .

البيض غذاء كامل نظراً لاحتوائه على البروتينات والدهون والفيتامينات والهرمونات والأملاح المعدنية وهيدرات الكربون . وهو معتدل الهضم إذا إعطي نيئاً أو مطبوخ أو مسلوق قليلاً ، ويتناوله الناس بدون موانع طبية مهمة . والبيض ذو فائدة للأطفال إذ يمنع عنهم الإصابة بالكساح وفقر الدم .

إستعمالاته :

- ١ - للنقاهاة بعد التعرض للأمراض .
- ٢ - للأفراد المصابين بفقر الدم .
- ٣ - للنساء الحوامل .
- ٤ - للأطفال الرضع بعد الشهر الثامن .
- ٥ - للمصابين بضعف الذاكرة .
- ٦ - يستعمل في حالات الانهيار العصبي .
- ٧ - يفيد في حالات ضعف القدرة الجنسية .
- ٨ - يعطى بانتظام للمرضى المصابين بأمراض مزمنة ، كالسل والسكر الشديد والضعف العام .
- ٩ - نظراً لاحتواء بياض البيض على مادة (ليزوتسيم) المضادة للجراثيم فهو مفيد في أمراض العين والحلق والأنف والأذن .

اللحم

قال الإمام علي عليه السلام :

«اللحم سيد الطعام في الدنيا والآخرة»^(١).

اللحم من الأغذية الأساسية التي لا يستغني عنها الإنسان في طعامه اليومي ، خصوصاً في أدوار النمو والفعالية والشباب وحين الحمل ، لكونه يوفر للإنسان البروتينات اللازمة بالأخص للمرضى وفاقدي الشهية ، والذين يعانون من علل مزمنة ، كأمراض الكلى التي يطرح فيها البروتين عن طريق البول بصورة يومية .

اللحم كبروتين يحتوي على الحجيرات الأولية لبناء الخلايا والأنسجة (الأحماض الأمينية) التي تبني جسم الإنسان ، وتساعد خلاياه على النمو وأداء فعاليتها اليومية بأحسن وجه .

محتويات اللحم :

١٨ - ٢٢٪ بروتين .

٢٠٪ دهنيات .

٢٪ حامض البول (يورك اسيد) .

كذلك يحوي أملاح معدنية وكميات من فيتامين بيكومبلكس .

البطيخ

قال الإمام علي عليه السلام :

«البطيخ فيه عشر خصال : طعام ، وشراب ، وفاكهة ، وريحان ، وأدم ، وحلوا ، وأشنان ، وخطمي^(١) ، ونقل ، ودواء»^(٢).

البطيخ من الفواكه المحبوبة ، ذات الرائحة الطيبة التي يرغبها ويتناولها الناس في الصيف ، لطعمه وفوائده الكثيرة ، منها : انه مرطب للبدن ، وملين للأمعاء ، ويساعد على إطفاء العطش في فصل الصيف ، خصوصاً في المناطق الحارة . كما يساعد على إدرار البول ، وتخفيف آلام الروماتيزم التي يعاني منها المريض ، كذلك تبين أن البطيخ له دور في الوقاية من الإصابة بمرض التيفوئيد الناتج عن تلوث الغذاء . البطيخ يتكون من :
٩٠٪ ماء .

٦ - ٨٪ سكر .

وقليل من حامض النيكوتينك ، والفسفور ، والكبريت ، والبوتاسيوم ، والكلور والصودا وفيتامين (A) و(C) .

وحامض سترولين ومادة الليكوبين .

و ٨ ميلليغرام كالسيوم .

و ٢ ميلليغرام حديد .

أما بذوره فتحوي على :

٤٣٪ دهنيات .

(١) خطمي : معناها ورد الزينة .

(٢) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ١٩٤ .

١٥,٧٪ سكريات .

٢٧٪ بروتين .

وفيتامين (ب ١) و(ب ٢) .

الكمثرى

قال الإمام علي عليه السلام :

«الكمثرى يجلو القلب ويسكن أوجاع الجوف»^(١) .

قام علماء التغذية بتحليل ١٠٠ غرام من ثمار الكمثرى وكانت النتائج

كما يلي :

٦٣ سعرة حرارية .

٨٢,٧ غرام ماء .

٠,٧٠ غرام بروتين .

٠,٤ غرام دهنيات .

٠,٤ غرام رماد .

١٦ غرام كاربوهيدرات .

١,٤ غرام الياف .

١٣ ميلليغرام كالسيوم .

١٦ ميلليغرام فسفور .

٠,٣ ميلليغرام حديد .

٠,٢ ميلليغرام صوديوم .

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ١٦٨ .

١٠٠ ميلليغرام بوتاسيوم .

٠,٠٢ ميلليغرام فيتامين (ب ١) .

٠,٤٠ ميلليغرام فيتامين (ب ٢) .

٠,١ ميلليغرام حامض نيكوتينيك .

٤ ميلليغرام فيتامين C .

الكمثرى فيها خواص كثيرة، منها: تنظيف المعدة والأمعاء، وسكرها كثير ومفيد ولا يضر المرضى المصابين بمرض السكر. أما لبها فهو غني بالأملاح المعدنية وخاصة المنغيز الذي يفيد في فعالية الخلايا العصبية.

فوائدها :

١ - مدررة للبول .

٢ - مدررة للصفراء .

٣ - ملينة للأمعاء .

٤ - مرممة لخلايا الجسم

٥ - مفيدة للمعدة .

٦ - مهدئة للأعصاب .

٧ - مرطبة للمزاج .

٨ - تفيد الروماتيزم .

٩ - تفيد مرضى الصرع .

١٠ - تفيد في مرض فقر الدم .

١١ - تساعد على التخلص من الوهن الجسمي .

التين

قال الإمام علي عليه السلام :

«أكل التين يلين السدد ، وهو نافع لرياح القولنج ، فأكثروا منه بالنهار ، وكلوه بالليل ولا تكثرُوا منه»^(١).

التين من الفواكة الصيفية المستحبة والتي تحوي كميات كبيرة من السكريات ، وقد وجد المحللون الغذائيون أن التين يتكون من :
٢٠ - ٣٠٪ سكريات .

١٪ مواد آزوتية (التين الطري) .

٥٪ مواد آزوتية (التين اليابس) .

١٠، ٠ - ٣٠، ٠٪ مواد دهنية (التين الطري) .

٢٪ مواد دهنية (التين اليابس) .

أما المواد المعدنية المتواجدة فيه فتشمل الحديد والمنغنيز والكالسيوم والبروم والعديد من الفيتامينات .

الفوائد :

١ - التين من الأغذية السكرية التي تزود الجسم بالطاقة اللازمة نظراً لاحتوائه على كميات كبيرة من المواد السكرية التي يحتاجها الجسم لفعاليته .

٢ - يُحسّن العملية الهضمية ، ويزيد إفرازات الأنزيمات المعوية

(١) مستدرك الوسائل : ج ١٦ ص ٤٠٣ .

والمعدية .

٣ - ينشط العضلات ويزيد من فعاليتها .

٤ - ينقي الدم ويقوي الكبد .

٥ - يستعمل كغذاء ملين للأمعاء خصوصاً للذين يعانون من الإمساك المزمن .

٦ - يفيد في التهابات الفم وقروحه .

٧ - يفيد في حالات الزكام والتهاب القصبات والسعال الديكي .

٨ - الحليب الأبيض الذي يفرز من عنق ثمرة التين الغير ناضجة يفيد في معالجة الثآليل الجلدي .

السفرجل

قال الإمام علي عليه السلام :

«أكل السفرجل قوة للقلب الضعيف ، ويطيب المعدة ، ويذكي الفؤاد ، ويشجع الجبان ، ويحسن الولد»^(١) .

أثبتت التجارب المختبرية والتحليل الكيميائية بأن السفرجل يتكون

من :

٧١٪ ماء .

٥ و ٠٪ بروتين .

١٣٪ ألياف .

٧,٥٪ سكريات .

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ١٦٨ .

٣, ٠٪ دهنيات .

١٥٪ رماد .

١٣ ميلليغرام بوتاسيوم .

١٩ ميلليغرام فسفور .

٥ ميلليغرام كبريت .

١٩ ميلليغرام صودا .

٢ ميلليغرام كلور .

١٤ ميلليغرام كلس .

ومقدار وفير من الفيتامينات (أ، ب، ج، د، هـ، ث) وكثيراً من الأملاح الكلسية والمواد الهضمية، وحامض التفاح .

فوائده :

بذور السفرجل تحضر منها عجائن توضع على الأورام لتسكينها وإذابتها، وكذلك تفيد في منع تساقط الشعر. وهي مدرة للبول، وتمنع التقىء، ومعطرة للفم، ومريحة للمعدة، وتخفف العطش، وتستعمل لمعالجة شقوق الجلد والجروح المزمنة والبواسير والحروق .

أما ثمرة السفرجل فتفيد ما يلي :

١ - تفيد الحوامل من خلال منع تقلصات الرحم وبالتالي تمنع الإجهاض .

٢ - تزيل خشونة الصوت في النزلات الصدرية، وتساعد على طرح البلغم، وتسكن السعال والربو .

٣ - مقوي للمعدة والأمعاء .

- ٤ - منشط وفتح للشهية .
- ٥ - منشط للكبد .
- ٦ - يساعد على شفاء المصابين باليرقان .
- ٧ - يخفف حرقة البول .
- ٨ - مقوي للقلب .
- ٩ - يقوي البصر
- ١٠ - يساعد على شفاء الإسهال المزمن .
- ١١ - لب السفرجل يشفي قروح الفم التي تصيب بعض الناس بعد التعرض للإصابة بالأمراض الحادة .
- ١٢ - يساعد على شفاء المرضى المصابين بمرض السل .
- ١٣ - يساعد على التئام جروح المعدة والأثني عشر ويقلل النزف الحاصل من تلك الجروح .
- ١٤ - يفيد حالات التقى .
- ١٥ - يقلل سيلان اللعاب في الفم .
- ١٦ - يساعد على شفاء الإصابة بالزكام الشديد .

التفاح

قال الإمام علي عليه السلام :

«التفاح نضوح المعدة»^(١) .

التفاح من الأغذية المحبوبة الطيبة التي يتناولها الجميع في كافة أنحاء

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ١٦٨ .

٣٤٠ نهج البلاغة والطب الحديث

العالم ، وهو أنواع وأشكال تبعاً لموطنه وزرعه . وقد وجد العلماء أن التفاح يحتوي على :

١٥٪ كاربوهيدرات (خليط من سكر القصب وسكر الفاكهة وسكر العنب) .

٣,٠٪ بروتينات (الليسين والأرجنين) .

٤,٠٪ دهنيات .

٥٪ بكتين .

٣٠,٠٪ عناصر معدنية كالفسفور والكالسيوم والحديد واليود ، وكذلك

توجد فيه الفيتامينات (هـ) و(أ) و(ب) و(ج) .

١٪ حامض المماليك .

وكيمايات قليلة من حامض التنيك والستريك .

فوائد التفاح :

١ - يفيد في حالات الإسهال عند الكبار والصغار .

٢ - يستعمل عصير التفاح كمضاد للسموم في حالات التسمم بالمواد

الكيميائية .

٣ - يساعد في عملية الهضم داخل المعدة .

٤ - يفيد في حالات الإصابة بالبرد .

٥ - يفيد في تقوية مناعة الجسم ضد إصابات البرد والنزلات الشعبية .

٦ - يساعد على تقوية الأسنان ويشد اللثة ويقلل من تسوس الأسنان .

٧ - يساعد في بناء وتقوية العظام والأسنان لاحتوائه على الكالسيوم .

٨ - ينشط الأمعاء ويكافح الإمساك المزمن .

- ٩ - يساعد في طرد حصيات الجهاز البولي .
- ١٠ - يخفف آلام الحمى والعطش .
- ١١ - ينشط الكبد .
- ١٢ - يهدئ السعال ويخرج البلغم .
- ١٣ - يخلص الجسم من الأحماض والدهون .
- ١٤ - يسهل إفراز غدد اللعاب والأمعاء والكبد .
- ١٥ - ينشط القلب .
- ١٦ - يهدئ الأعصاب .
- ١٧ - يزيل الوهن القلبي .
- ١٨ - يصون الأوعية الدموية .
- ١٩ - يزود الجسم بالطاقة أثناء العمل وينفع كبار السن .
- ٢٠ - يفيد في خفض ضغط الدم .
- ٢١ - يقلل نسبة الكوليستيرول في الدم .
- ٢٢ - مهدئ للأعصاب ، لذلك يساعد على النوم .
- ٢٣ - يحافظ على بشرة الجلد .

التمر

قال الإمام علي عليه السلام :

- «ما تأكل الحامل من شيء ولا تتداوى به أفضل من الرطب»^(١) .
 «خالفوا أصحاب المسكر وكلوا التمر ، فإن فيه شفاءً من الأدوية»^(٢) .

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ١٢٨ .

(٢) المصدر السابق : ج ٦٣ ص ١٣٣ .

«كلوا التمر فإن فيه شفاءً من الأدواء»^(١).

الرسول الأكرم والأئمة الأطهار عليهم السلام والقرآن والطب القديم والحديث يتحدثون ويؤكدون بأن التمر غذاء متكامل يمكن أن يعيش عليه الناس خصوصاً الطبقات الفقيرة الذين لا يجدون سبيلاً لأنواع الأطعمة المكلفة بالنسبة اليهم.

التحليل الكيميائي أظهرت بأن التمر يحتوي على:

٧٠٪ كاربوهيدرات .

٢,٥٪ دهنيات .

٣٣٪ ماء .

١,٣٪ أملاح معدنية .

١٠٪ ألياف سيليلوزية .

وكميات من الكورامين ، وفيتامينات مختلفة ، وبروتين ، وسكر ، وزيت ، وكلس ، وحديد ، وفسفور ، وكبريت ، وبوتاسيوم ، ومغنيزيوم ، ونحاس ، وكالسيوم ، وكلورين ، ومغنيز .

من كل ما تقدم يتضح أن التمر ذو قيمة غذائية عالية ، لذلك فهو نافع ومفيد في بناء وفعالية الخلايا والأنسجة ، وله استطببات عديدة ، منها: فائدته الكبيرة للمرضى المصابين بفقر الدم وضعف البنية ، وللنساء الحوامل ، والأطفال الرضع ، والأطفال المصابين بالكساح . أما بالنسبة للعين فالتمر يساعد على رطوبتها ويقلل من غشاوتها ، كما يقوي أعصاب العين ، والأذن ، والأعصاب بصورة عامة . التمر مهدئ للأعصاب ، ويخفف من

القلق العصبي ، ويعطي الهدوء والسكينة إلى النفس ، إضافة إلى إنه منشط للغدة الدرقية .

التمر من الأغذية التي ترطب الأمعاء ، وتزيد من حركتها وتقوي جدارها ، وهو سهل الهضم ويساعد العضلات على أداء فعاليتها ، وقد لوحظ أن الخلايا العصبية تقوم بتمثيل المواد الموجودة بالتمر بيسر وسهولة وقابلية عالية . كما وجد أن التمر عامل مساعد قوي في تحريك الشهوة الجنسية عند كلا الجنسين . إن تناول التمر بكميات مناسبة عامل مدرر للكلبي ومساعد في عمليات الأكسدة التي تحدث في الكبد .

إن الأملاح المعدنية الموجودة في التمر تساعد على تعديل حموضة الدم التي قد ينتج عنها حصيات كلوية أو داء النقرس . كما لوحظ أن التمر يفيد في التهاب البواسير وارتفاع ضغط الدم .

الدراسات الأخيرة أكدت أن الرطب يحتوي على مادة مقبضة تقلص الرحم تشبه الأوكسيتوسين الذي يساعد على تقلص الرحم خصوصاً بعد الولادة مما يؤدي إلى تقليل النزف الحاصل .

أما الفسفور الموجود في التمر فهو عامل منشط للخلايا الدماغية . ولا ننسى أن سكريات التمر (الجلوكوز ، واليكلولوز والسكرولز تمتص وتمثل بسهولة داخل الجسم وبذلك تستفيد منها الخلايا بصورة سريعة ، وبهذا يحصل الجسم على طاقة حرارية عالية وسريعة .

اللبن

قال الإمام علي عليه السلام :

«ألبان البقر دواء»^(١).

وقال : «اللبن أحد اللحمين»^(٢).

اللبن من الأغذية المحببة للجميع صغارا وكبارا، رجالا ونساء، صيفاً وشتاءً. التركيب الكيميائي للبن حسبما أثبتته العلماء كما يلي :

٨٧,٥٪ ماء .

٤,٧٪ كاربوهيدرات (سكر اللاكتوز، الغلوكوز، والجالاكتوز) .

٣,٥٪ مواد آزوتية، تشمل بروتين الكازئين والألبومين والكلوبيولين، ومواد غير بروتينية كاليوريا وحامض اليوريك وبعض الأحماض الأمينية .

٣,٧٪ دهنيات .

وكمية من الفيتامينات مثل فيتامين (أ، د، هـ، ك، ب) .

٠,٧٪ أملاح معدنية تتركب من ٥٠٪ كالسيوم وفسفور و ٥٠٪ عناصر معدنية، أهمها : الصوديوم والكلور والحديد والنحاس .

يحتوي اللبن على عدة أنزيمات، مثل : انزيم الأوكسيديز، والبروتيز والليباز واللاكستيز والفوسفاتين .

اللبن كغذاء :

اللبن غذا متكامل بل ويعتبر من أفضل المواد الغذائية، لاحتوائه على

(١) وسائل الشيعة : ج ٢٥ ص ١١٣ .

(٢) غرر الحكم : ج ١ ص ٦٢ .

جميع العناصر اللازمة للتغذية ، فهو يحتوي على البروتينات ، والدهنيات ، والكاربوهيدرات ، والأملاح ، والفيتامينات ، وكلها توجد بنسب متوازنة وملائمة لحاجات الإنسان ، إضافة إلى سهولة الهضم والتمثيل .

المواد البروتينية تمد الإنسان بالأحماض الأمينية التي تشكل الحجيرات الأولية لصنع الأنسجة العضلية وبناء خلايا الجسم .

أما المواد الدهنية فهي موجودة بصورة ذاتية ، وسهلة الامتصاص والهضم والتمثيل وبالقدر اللازم الذي يحتاجه الإنسان في فعاليته اليومية .

السكريات الموجودة في اللبن لا ضرر منها للمرضى المصابين بمرض السكر ، لأن كمية الجلوكوز الموجودة فيه ضئيلة جداً .

كذلك فإن الفيتامينات الموجودة باللبن لها أهمية خاصة ، ففيتامين (A) هو العامل المساعد في تكوين مستقبلات الضوء في شبكية العين ، وهو المسؤول عن نمو وسلامة الجلد والأغشية المخاطية التي تبطن فتحات الجسم وتجاويفه . إضافة إلى فيتامين (D) والكالسيوم اللذين يشكلان العنصر الأساسي في نمو وتكوين وقوة العظام خصوصاً عند الأطفال ؛ ونقصهما يؤديان إلى الإصابة بمرض الكساح عند الصغار .

فوائد اللبن :

١ - يفيد في معالجة الاضطرابات الهضمية .

٢ - يفيد في ضعف الأعصاب .

٣ - يفيد في حالات الأرق .

٤ - يفيد في عسر الهضم .

٥ - يفيد في حالات الاسهال .

- ٦ - يفيد المصابين بالحساسية من الحليب .
- ٧ - يفيد في تقوية العظام والأسنان .
- ٨ - يفيد في القضاء على الميكروبات الموجودة في الأمعاء الغليظة .

العنب

قال الإمام علي عليه السلام :

«العنب آدم ، وفاكهة ، وطعام ، وحلواء»^(١) .

التحليلات المختبرية للعنب أثبتت أنه يحتوي على :

٨٪ كلوكوز .

٨,٠٪ بروتين .

٥,٠٪ دهنيات .

٣,٤٪ ألياف تساعد على مكافحة الإمساك . وقد لوحظ أن تلك

الألياف تساعد على عدم إصابة الأمعاء بالسرطان .

كذلك يحتوي العنب على أملاح البوتاسيوم والكالسيوم ، والفسفور ، والحديد ، وأنواع مختلفة من الفيتامينات .

إن تناول ١٠٠ غم من العنب يعطي البدن طاقة حرارية تعادل ٦٨ سعرة حرارية نتيجة احتراق وتمثيل المواد السكرية الموجودة في العنب .

يستخدم العنب طبيّاً في الحالات التالية :

- ١ - يستخدم كملين في حالات الإمساك .

٢ - إستخدام كعامل مساعد في علاج مرض النقرس الذي ينشأ من زيادة حامض البوليك في البدن .

٣ - يستعمل كمادة مدرة في حالات توقف البول .

٤ - يساعد الكبد على أداء فعاليته نظراً لاحتوائه على كميات كبيرة من المواد السكرية .

٥ - تناول العنب يساعد على تلطيف السعال المزمن ويطرد البلغم المتكون في القصبات .

٦ - أكد الباحثون وجود علاقة بين عدم تناول العنب بكميات كبيرة وبين الإصابة بسرطان الأمعاء ، وقد استخدم كعامل مساعد للمصابين بمرض السرطان القابل للشفاء .

٧ - يساعد المرضى المصابين بالبواسير من خلال تليين الفضلات المعوية .

٨ - في حالات التسمم ينصح بشرب كميات كبيرة من عصير العنب .

٩ - عصير العنب يفيد في ترطيب جلد الوجه في حالات يبوسة الجلد .

١٠ - يستخدم عصير العنب عند الكثير من الذين يعانون من الإدمان على المخدرات والخمور والتدخين والشاي والقهوة ، لكونه يصفى وينقي الجسم من المخلفات الضارة ، ويعوضه عن نقص التغذية الحاصل بسبب فقدان الشهية وتناول المسكرات .

١١ - يعتبر العنب منشطاً جنسياً نظراً للطاقة الكبيرة التي يزود بها الجسم .

١٢ - يفيد العنب في حالات ضعف الرؤية الناتجة من قلة

الفيتامينات .

١٣ - يساعد عصير العنب الذي يتناول بصورة يومية والمعدة فارغة على التئام قرحة المعدة .

زيت الزيتون

قال الإمام علي عليه السلام :

«إدَّهَنُوا بِالزَّيْتِ وَاتَّكُمُوا بِهِ ، فَإِنَّهُ دَهْنَةُ الْأَخْيَارِ ، وَأَدَامُ الْمُسْتَطَفِينَ ، مَسَحَتْ بِالْقُدْسِ مَرَّتَيْنِ ، بَوْرَكَتْ مَقْبَلَةٌ وَبَوْرَكَتْ مَدْبَرَةٌ ، لَا يَضُرُّ مَعَهَا دَاءٌ»^(١) .

أكد العلماء والباحثون في حقول التغذية والكيمياء بأن الزيت المستخرج من الزيتون هو من أفضل وأحسن أنواع الزيوت السريعة الهضم ، الغنية بالفيتامينات ، والأملاح المعدنية ، والأحماض الدهنية الغير مشبعة ، التي تحافظ على سلامة الإنسان .

المحتويات الكيميائية :

١٤٪ حامض بالمتيك .

٢,٥٪ حامض ستريك .

١٨٪ حامض أوليك .

١٣٪ حامض ليتولينك .

٠,٤٪ حامض أرشيرك .

إن حامضي لينوليك وحمض أرشيك يسهلان عملية التمثيل الغذائي بالجسم ، علاوة على أن حمض أرشيك يدخل في تركيب مادة البروستاغلاندين التي تلعب دوراً هاماً في تنظيم ضربات القلب والسيطرة على ضغط الدم وسلامة عمل الجهاز العصبي المركزي . إن حدوث نقص في تلك الأحماض الدهنية يؤدي إلى ضعف المناعة الداخلية للجسم ، علماً بأن زيت الزيتون قادر على إنتاج طاقة حرارية ملائمة للجسم .

الدراسات الطبية أكدت أن زيت الزيتون يساعد على تأخير ظهور أعراض الشيخوخة ، ويساعد الجهاز الهضمي على أداء عمله ، كما أنه فعال في تخفيف أعراض التسمم .

فوائد زيت الزيتون :

- ١ - مفيد لأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم .
- ٢ - يساعد على تقليل نسبة الكوليستيرول في الدم .
- ٣ - يؤدي إلى تقليل نسبة الإصابة بسرطان الثدي عند النساء .
- ٤ - مفيد لتنشيط فعالية الكبد .
- ٥ - يساعد على تفتيت حصيات المرارة .
- ٦ - نظراً لاحتوائه على فيتامين (D) فهو مفيد في وقاية الأطفال من مرض الكساح .
- ٧ - عامل مساعد في زيادة القدرة على التفكير .
- ٨ - بالنظر لكون زيت الزيتون يحتوي على كميات في فيتامين (E) فهو مفيد في زيادة القوة الجنسية والنسل .
- ٩ - يساعد على توقف سقوط شعر الرأس .

- ١٠ - يستعمل لمعالجة حالات الإمساك المزمنة .
- ١١ - يستعمل لمعالجة حالات التسمم بالفسفور والرصاص ، كعامل مساعد مع المضادات الكيميائية الخاصة .
- ١٢ - عامل مساعد لمكافحة الأمراض الجلدية كالأكزما وداء الصدف .

الملح

قال الإمام علي عليه السلام :

«إبدأوا بالملح في أول طعامكم ، فلو يعلم الناس ما في الملح لأختاره على الترياق المجرب»^(١) .

وقال : «من بدأ بالملح اذهب الله عنه سبعين داء ما يعلم العباد ما هو»^(٢) .

وقال الإمام الصادق عليه السلام : «إنا نبدأ بالملح ونختم بالخل»^(٣) .

الملح هو أساس الحياة للإنسان ، إذ لا يمكن الاستغناء عنه ، لكون أغلب التفاعلات الكيميائية والشحنات الكهربائية في الخلايا والأنسجة لا تتم إلا بوجود الأملاح المتعددة التي تلعب دوراً رئيسياً في كافة العمليات التي يقوم بها الجسم ، وبدونه تصبح الحياة مستحيلة بل وأن نقصانه يؤدي إلى مضاعفات وأمراض متعددة قد تجر إلى موت الإنسان .

إن أغلب الأغذية التي نتناولها تحتوي على نسب مختلفة من الملح ، والإنسان العادي يستطيع تأمين الملح الذي يحتاجه البدن من خلال تناول

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ٣٩٦ .

(٢) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ٣٩٧ .

(٣) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ٢٩٩ .

الأغذية والملح الطبيعي ، علماً بأن تلك الكميات تكفي فيزيولوجياً لعملية تبادل السوائل داخل وخارج الخلايا ، والمحافظة على سيولة وكثافة الدم وقوة العضلات ، لذلك يحتاج العمال الذين يعملون في المناطق الحارة حيث التعرق الشديد إلى كميات أكبر من الأملاح خصوصاً ملح الطعام .

السّمك

قال الإمام علي عليه السلام :

«لا تدمنوا أكل السمك فإنه يذيب الجسد»^(١) .

السمك غذاء طيب يحتوي على كمية كبيرة من البروتين السهل الهضم بما فيها الأحماض الأمينية المهمة كالأرجنين ، والترتوفان ، والفالين ، والغلوتامين ، وغيرها .

وكذلك يحتوي على مقدار لا بأس به من المواد الدهنية التي تعتبر من مصادر الطاقة للجسم . وهو مصدر غني من مصادر الفسفور الذي يلعب دوراً هاماً في فعالية الأنسجة عند الإنسان ، ويساعد العظام على النمو والصلابة كما ويحقق التوازن الحامضي في الدم واللمف والبول .

ومن المواد المهمة التي يحتويها السمك الكالسيوم الذي يشترك مع الفسفور في بناء الهيكل العظمي للإنسان ، والسمك معروف باحتوائه على مادة اليود الضرورية لعمل الغدة الدرقية .

أما الفيتامينات الرئيسية الموجودة في السمك فهي فيتامين (A)

و (D) .

فوائد زيت السمك :

- ١ - يعمل على تقليل نسبة الدهون في الدم وخاصة الكولستيرول .
- ٢ - يعمل على منع تخثر الدم .
- ٣ - يعمل على خفض ضغط الدم .
- ٤ - يساعد على منع وشفاء بعض الأمراض الجلدية .
- ٥ - يساعد على منع وشفاء التهابات المفاصل .

الرمان

قال الإمام علي عليه السلام :

«كلوا الرمان بشحمه ، فإنه دباغ للمعدة»^(١) .
 و«أطعموا صبيانكم الرمان فإنه أسرع لأستهم»^(٢) .
 الرمان من الفواكة الطيبة المذاق التي يطلبها الصغير والكبير وله فوائد
 عديدة في معالجة حالات مرضية كثيرة منها :

- ١ - مقوي للقلب .
- ٢ - قابض في حالات الاسهال .
- ٣ - طارد للديدان .
- ٤ - مفيد في حالات الزحار المزمن .
- ٥ - يفيد في حالات الوهن العصبي .
- ٦ - ينظف المجاري التنفسية .

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ١٥٤ .

(٢) المصدر السابق : ج ٦٣ ص ١٥٥ .

٧ - ينقي الدم من الشوائب .

٨ - يساعد في التخلص من عسر الهضم .

٩ - يساعد في هضم المواد الدهنية .

١٠ - يفيد في شد وتقوية اللثة .

وقد وجد العلماء أنَّ الرمان يتكون من :

١٠٪ مواد سكرية .

١٪ حامض الليمون .

٨٤٪ ماء .

٣٪ رماد .

٣٪ مواد بروتينية .

٣٪ ألياف .

ويحتوي على مواد عفصية واملاح معدنية قليلة كالحديد ، والفسفور ، والكبريت ، والكلس ، والبوتاسيوم ، والمنغنيز ، وبعض الفيتامينات .

الزبيب

قال الإمام علي عليه السلام :

«إحدى وعشرون زببة حمراء في كل يوم على الريق تدفع جميع الأمراض إلا مرض الموت»^(١) .

و«الزبيب يشد القلب ، ويذهب المرض ، ويطفى الحرارة ، ويطيب النفس»^(٢) .

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ١٥٢ .

(٢) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ١٥٢ .

إن التحليل الكيميائي للزبيب أثبت وجود ما يلي :

- ٢٤ غرام ماء .
- ٢,٢ غرم بروتين .
- ٠,٥ غرام دهنيات .
- ٧١,٢ غرام كاربوهيدرات .
- ٠,١٥ ميلليغرام فيتامين ب ١ .
- ٠,٠٨ ميلليغرام فيتامين ب ٢ .
- ٧٨ ميلليغرام كالسيوم .
- ١٣٩ ميلليغرام فسفور .
- ٣,٣ ميلليغرام حديد .

فوائد الزبيب :

- ١ - يفيد في النزلات الصدرية .
- ٢ - يفيد في اضطراب المعدة والأمعاء .
- ٣ - يفيد في اضطرابات الجهاز البولي .
- ٤ - يفيد في فعاليات الجسم المختلفة خصوصاً العضلات .
- ٥ - يفيد في سرعة إزالة الكدمات الجسمية عن البدن .

العسل

قال الإمام علي عليه السلام :

«العسل فيه شفاء»^(١) .

و« لم يستشف مريض بمثل شربة عسل»^(١).

وقال الرسول ﷺ :

«من أراد الحفاظ فليأكل العسل»^(٢).

و«العسل شفاء يطرد الريح والحمى»^(٣).

القرآن الكريم صرح بأن العسل فيه شفاء للناس ﴿يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾^(٤) وقد أثبت العلم الحديث أن العسل يدخل في تركيبه ما يقارب سبعين مادة مختلفة لها فوائد كثيرة، وهو من الأغذية التي تدخل في فعالية الأنسجة والأعضاء، وهو ذو طاقة حرارية عالية لما يحتويه من نسبة كبيرة من السكريات.

تركيب العسل :

العسل ذو تركيب معقد ويتألف من السكريات على الغالب وقد اكتشف منها ما يقارب خمسة عشر نوعاً أهمها :

- ١ - سكر الفواكه بنسبة ٤٪.
- ٢ - سكر العنب بنسبة ٣٠٪.
- ٣ - سكر القصب بنسبة ٤٪.
- ٤ - سكر الشعير والدكسترين والأرلوز.

(١) وسائل الشيعة : ج ٢٥ ص ١٠٠.

(٢) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ٢٩٠.

(٣) المصدر السابق : ج ٦٣ ص ٢٩٤.

(٤) سورة النحل، الآية: ٦٩.

يحتوي العسل على أحماض عضوية عديدة منها:

- حامض النمل .
- حامض الليمون .
- حامض التفاح .
- حامض الطرطير .
- حامض الحمض .
- حامض العنبر .
- حامض اللبن .
- حامض جلوكتينك .
- حامض جلوتامينك .

كذلك يحوي العسل العديد من الخمائر التي تلعب دوراً كبيراً في فعالية الجسم وتمثيل الغذاء أهمها:

- ١ - خميرة القلابين .
- ٢ - خميرة الشعير .
- ٣ - خميرة الكاتاليز .
- ٤ - خميرة الفوسفاتيز .
- ٥ - خميرة البيروكسيديز .
- ٦ - خميرة اللايبيز .

ويحوي العسل على العديد من الفيتامينات أهمها:

- فيتامين ب ٢ بنسبة ١,٥ ميلليغرام في الكيلو غرام من العسل .
- فيتامين ب ١ بنسبة ٠,١ ميلليغرام في الكيلو غرام من العسل .
- فيتامين ب ٣ بنسبة ٢ ميلليغرام في الكيلو غرام من العسل .

فيتامين ب ٥ بنسبة ١ ميلليغرام في الكيلو غرام من العسل .
 فيتامين ب ٦ بنسبة ٥ ميلليغرام في الكيلو غرام من العسل .
 فيتامين C بنسبة ٣٠ - ٥٤ ميلليغرام في الكيلو غرام من العسل .
 وتوجد كميات قليلة من الكاروتين والبيوتين وفيتامين K و E .
 لوحظ أن الفيتامينات الموجودة في العسل تبقى محتفظة بفعاليتها
 وكميتها رغم مرور فترة من الزمن ، على العكس من الفيتامينات الموجودة
 في الفواكه والخضروات والتي تفقد جزءاً منها في حالة تخزينها وبقائها مدة
 طويلة .

العسل يحتوي على أملاح معدنية عديدة أهمها :

- ١ - الكالسيوم .
- ٢ - الصوديوم .
- ٣ - البوتاسيوم .
- ٤ - المنغنيز .
- ٥ - الحديد .
- ٦ - الكلور .
- ٧ - الفسفور .
- ٨ - الكبريت .
- ٩ - اليود .
- ١٠ - الراديوم .

إن وجود الأملاح المعدنية والخمائر والفيتامينات والهرمونات في
 العسل ، لها تأثير كبير على الخلايا العصبية في المخ وكافة أنحاء الجسم
 خصوصاً عنصر المنغنيز الذي يقوي الخلايا العصبية وينشطها ، وقد أشار

القرآن الكريم إلى هذه الخاصية المهمة حين قال تعالى: ﴿إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾^(١). لهذا لوحظ أن نقص تلك المواد العضوية يؤدي إلى ضعف فعالية خلايا الدماغ، وحصول فتور وضعف عام في نشاط وحيوية الإنسان، وحصول خلل في عملية تبادل الغازات داخل وخارج خلايا الجسم، كما لوحظ تأثيرها المباشر على إنتاج مكونات الدم داخل عظام البدن.

إستطبابات العسل :

- ١ - يستعمل كمضاد للعفونة ومثبط ومبيد للجراثيم .
- ٢ - غذاء شبه متكامل لجسم الإنسان ولذلك يعتبر من العناصر الغذائية الضرورية لإدامة فعالية وحيوية البدن .
- ٣ - يمكن استعمال العسل الجبلي بالخصوص للمرضى المصابين بمرض السكر .
- ٤ - السكريات الموجودة في العسل لا تؤثر على الأسنان بل العكس تقوي الأسنان وتؤخر التنخر وتطهر جوف الفم .
- ٥ - بالنظر للخواص المضادة للجراثيم الموجودة في العسل فإنه يساعد صغار الأطفال على مقاومة الأمراض وتجنب الإصابة بالأمراض الجرثومية والتعفنات المعوية .
- ٦ - العسل يفيد كبار السن نظراً لوجود السكريات والمعادن والأنزيمات والخمائر التي تجدد فعالية الأنسجة والأعضاء وتزود كبار السن

بالطاقة اللازمة والمتعادلة .

٧ - يفيد في معالجة العديد من الأمراض الجلدية إذا استعمل كمرهم جلدي .

٨ - أثبت العديد من أطباء العيون بأن للعسل فوائد كثيرة في معالجة بعض أمراض العين .

٩ - أكد كبار الأطباء بأن العسل مفيد في أمراض الجهاز الهضمي كالإمساك وعسر الهضم وزيادة ترشحات حموضة المعدة .

١٠ - العسل عامل مساعد في خفض حرارة المرضى المصابين بالنزلات الشعبية والتهاب اللوزتين والبلعوم لوجود الأحماض العضوية فيه .

١١ - العسل دواء نافع وناجح في معالجة أمراض الأنف والأذن والحنجرة خصوصاً إذا استعمل على صورة مستنشقات ، إذ تبين انه ذو مفعول جيد في وقف نمو الجراثيم وتكاثرها .

١٢ - العسل بما يحويه من مركبات مفيدة ومؤثرة في أمراض الجهاز التنفسي ، فإن الأشرطة المحضرة منه تمتص الإفرازات التنفسية وتهدي من أثر السعال الحاد . إن مزيج العسل مع الجوز يفيد في علاج ظاهرة السعال المزمن ، ولا يزال العسل يعتبر من العوامل المساعدة في الشفاء من السل .

١٣ - الدراسات الحديثة أكدت على أهمية العسل كغذاء مفيد في معالجة فقر الدم الذي يصيب مختلف الأعمار ، وقد دلت الأبحاث بوضوح على أن العسل يزيد كريات الدم الحمراء وخضاب الدم .

١٤ - أثبت العسل على إنه غذاء وعلاج فعال لتقوية عضلة القلب الضعيفة أو المصابة بتليفات عضلية بعد الإصابة بالجلطة القلبية ، لكونه يساعد على توسع الأوعية والشرايين التاجية وبذلك يتحسن عمل القلب

وضرباته .

١٥ - علماء الجملة العصبية أكدوا من خلال إعطاء العسل للمرضى المصابين بمختلف الأمراض العصبية بأنه مؤثر على صحة المرضى الذين يعانون من تلك الأمراض ، وكانت النتائج حسنة في كثير من الحالات التي وصف فيها العسل مع بقية العلاجات الأخرى .

١٦ - العسل كمادة غذائية تكاد تكون خالية من البروتينات والأملاح لذلك فهو مفيد في معالجة المرضى المصابين بأمراض الكلى . وقد دلت التجارب على كونه مفيد إذا أعطي مع سائر الأدوية التي تعالج أمراض الكلى .

١٧ - فوائد العسل في معالجة الأمراض النسائية :

إستعمل العسل كعلاج مهدئ لتخفيف الآلام الحاصلة أثناء عملية الولادة ، كما استفيد منه في معالجة الجروح الناتجة من العمليات النسائية المختلفة . كذلك أثبت العسل فعاليته في معالجة الإصابات بالدويبات الشعرية والتهابات الإحليل والمثانة .

وردت روايات كثيرة من الإمام علي عليه السلام عن فوائد ومزايا بعض الأغذية والأعشاب نوردها هنا بإيجاز (١) :

١ - الجوز: أكل الجوز في شدة الحر يهيج الحر في الجوف ، ويهيج القروح على الجسد ، وأكله في الشتاء يسخن الكلتيين ، ويدفع البرد .
٢ - الأترج : كلوا الأترج قبل الطعام وبعده فإن آل محمد عليهم السلام يفعلون ذلك .

٣ - القرع : كلوا الدباء فإنه يزيد في الدماغ ونحن أهل البيت نحبه .
٤ - الهندباء : كلوا الهندباء فما من صباح إلا وعليها قطرة من قطر الجنة فإذا أكلتموها فلا تنفضوها .

٥ - الفجل : الفجل أصله يقطع البلغم ، ويهضم الطعام ، وورقه يدرر البول .

٦ - الكمأة : الكمأة من المن ، وماؤها شفاء العين .
٧ - الخس : قال : قال رسول الله ﷺ : كلوا الخس فإنه يورث النعاس ، ويهضم الطعام .

٨ - الثوم : لا يصلح أكل الثوم إلا مطبوخاً .

٩ - العدس : أكل العدس يرق القلب ويسرع الدمعة .

١٠ - العناب : العناب يذهب بالحمى .

١١ - اللبان : مضغ اللبان يشد الأضراس ، ويقلل البلغم ، ويذهب

بريح الفم .

(١) بتصريف من كتاب طب الإمام علي عليه السلام للأستاذ محسن عقيل : ص ٤٤١ .

١٢ - البنفسج : اكسروا حر الحمى بالنفسج والماء البارد فإن حرها من فيح جهنم .

١٣ - الحرمل : في أصل الحرمل نشرة ، وفي فرعها شفاء إثنين وسبعين داء .

١٤ - الحناء : الحناء بعد النورة أمان من الجذام والبرص .

١٥ - السمن : قال سمن البقر دواء .

١٦ - الخل : نعم الأدام الخل يكسر المرأة ، ويحيي القلب .

١٧ - الثريد : الثريد طعام العرب .

١٨ - الماء : قال : الماء سيد الشراب في الدنيا والآخرة .

وقال : صبوا على المحموم الماء البارد فإنه يطفئ حرها .

وقال : إشربوا ماء السماء فإنه يطهر البدن ، ويدفع الأسقام ، قال الله

تبارك وتعالى ﴿وينزل عليكم من السماء ماء ليطهركم به ويذهب عنكم

رجز الشيطان وليربط على قلوبكم ويثبت به الأقدام﴾ .

الحمى

قال الإمام علي عليه السلام :

«الْحُمَى رَائِدُ الْمَوْتِ ، وَهِيَ سَجْنُ اللَّهِ فِي الْأَرْضِ ، وَهِيَ
تَحْتَ الذُّنُوبِ كَمَا يَتَحَاتُّ الْوَيْرُ مِنْ سَنَامِ الْبَعِيرِ»^(١) .
«جَعَلَ اللَّهُ مَا كَانَ مِنْ شَكْوَاكَ حَطًّا لِسَيِّئَاتِكَ ، فَإِنَّ الْمَرَضَ
لَا أَجَرَ فِيهِ وَلَكِنَّهُ يَحُطُّ السَّيِّئَاتِ وَيَحْتُمُّهَا حَتَّى الْأُورَاقِ»^(٢) .

(١) الخصال للشيخ الصدوق : ص ٦٢٠ .

(٢) شرح نهج البلاغة : ج ١٨ ص ١٦٨ .

قال الله تعالى من كتابه الكريم :

﴿وَخَلَقَ الْإِنْسَانَ ضَعِيفًا﴾^(١).

وقال الرسول الأكرم ﷺ :

«المرض سوط الله في أرضه يؤدب به عباده»^(٢).

وقال الإمام علي عليه السلام :

«الحمى رائد الموت»^(٣).

بعد أن ازدادت مسببات المرض كثرت الأمراض وأصبح الإنسان معرض للإصابة بالأمراض المختلفة . الأمراض أنواع ، منها : البسيط الخفيف القصير المدة ، ومنها : الصعب الشديد الطويل المدة . لكن النقطة المشتركة التي تلتقي فيها جميع الأمراض هي حالة الضعف التي تتأب المريض وارتفاع حرارته ، هذا الارتفاع إما أن يكون بسيطاً يعالج ويختفي بالحمية والسوائل والأدوية الخافضة للحرارة ، أو كبيراً له مضاعفات وأضرار كثيرة وكبيرة لا تختفي بيسر وسهولة بالرغم من استعمال الكمادات المائية والسوائل والحقن الخافضة للحرارة والأدوية الطبية المختلفة ، وعندها تصبح حالة المريض معقدة وخطيرة تتطلب تدخل أهل الخبرة والتجربة ، وإذا لم يتم التشخيص تتدهور حالة المريض وتستمر حرارته بالارتفاع لدرجة قد تؤدي به إلى الموت . الإنسان معروف بحبه للدين والمال والرئاسة إلا ما رحم الله ، وعليه فإن المرض وما يصاحبه من حمى وآلام هو وسيلة لجعل

(١) سورة النساء ، الآية : ٢٨ .

(٢) الجامع الصغير للسيوطي : ج ٢ ص ٦٦٦ .

(٣) الخصال للشيخ الصدوق : ص ٦٢٠ .

الإنسان رقيق القلب ، متواضع ، متعلق بحبل الإيمان مطيعاً لأوامر الرحمان ، وخلاف ذلك يصاب الإنسان بالكبر والغرور الذي يقوده بالتدريج إلى التجبر والطغيان (لولا الموت والمرض لنطح بن آدم برأسه الجبال) .

الحمى من الناحية الطبية تعتبر وسيلة من وسائل الدفاع الذاتية التي يبديها الجسم تجاه الأمراض ، فإذا تمكن الجسم بوسائله الدفاعية الأولية التي من ضمنها الحمى من دفع المرض والسيطرة عليه ، إنخفضت الحرارة وعادة الأمور إلى حالتها الطبيعية . أما إذا كان المسبب المرضي قوياً وفعالاً وذا سمية شديدة ، إزدادت الأعراض وارتفعت درجة الحرارة ارتفاعاً كبيراً لتدل على شدة الإصابة وقوة المرض ، وكون الأمور تتطلب تدخل الأطباء واعطاء العلاج اللازم .

من هنا نفهم أن الحمى هي دليل ومنبه وعلامة ورائد تحذيري على شدة وخطورة المرض التي تتطلب التدخل الطبي السريع واعطاء العلاج الملائم ؛ ناهيك عن أن الحمى إذا ترافقت مع ضعف بدني عام وهبوط في المناعة مع بيئة غير ملائمة مضافاً إليها عدم وجود وسائل صحية وبيئية ، أصبحت الحالة خطيرة قد تقود المريض نحو الموت المحتم . لذلك تعتبر الحمى إنذاراً عملياً وعلنياً على كون الحالة تتطلب التدخل العاجل وعدم الانتظار لتزول لوحدها ، علماً بأن الحمى ظاهرة باثولوجية يعرفها الجاهل والعالم ، الأعمى والبصير ، الصغير والكبير .

روحياً الحمى تنبه الإنسان وتذكره بضعفه الجسمي واحتمال الموت الذي ينتظره ، فهي إذن علامة طبية وإنذار مؤدّب لكل عاقل يضع الموت واليوم الآخر نصب عينيه ، وهذا يتطلب منه العمل بكتاب الله وسنة نبيه التي تضمن له الخير والسعادة . الإنسان العاقل من فكر بعقله وأخذ العبرة عند

الاصابة بالحمى ولو لوقت محدود، حيث الآلام وفقدان النوم والهذيان، فكيف به حين خروج الروح والحشر والنشر يوم لا ينفع مال ولا بنون إلا من أتى الله بقلب سليم. وعليه فإن للحمى فوائد كثيرة، كتهذيب النفوس، وغسل الذنوب، وشفاء القلوب التي دنستها وساوس الشيطان، لذلك يتوجب على كل ذي بصيرة الحذر من طغيان بضاضة الشباب وغضارة الصحة وعظيم النعمة، والخضوع والتسليم الكامل لرب العالمين. إن الإنسان المتفاخر بقوته وحاله تستطيع أصغر المخلوقات (الميكروبات) أن تذله وتبكيه وتقعهده عن العمل، من خلال الحمى التي تجعله يتصاغر طالباً العون والمساعدة والعلاج وكأن الدنيا صارت ظلام دامس لا أمل فيها ولا مستقبل. الإمام علي عليه السلام أشار بتلك الحكمة إشارة الطبيب الخبير الذي شخص وأبصر وحذر وأنذر من خطر الحمى، بالأخص عندما تكون عالية ومزمنة وترافقها أخطار جسمية، فهي بالنسبة للإنسان تمثل رسالة واضحة وصريحة وذات دلالة أكيدة على خطورة الحال وسوء الأحوال التي لا بُدَّ من مراجعة أهل الخبرة والصلاح لأجلها. الإمام عليه السلام وصف الحمى بالسجن وهو وصف جميل له دلالة بالغة، لأن الإنسان المحموم مجمد الفعالية وغير قادر على أداء أعماله الاعتيادية، وأحياناً لا يتمكن حتى من تناول طعامه، فهو اذن بمثابة سجين في البيت أو المستشفى، وهذا السجن والمعاناة الناتجة من الحمى لها ثواب وحسنات كثيرة لا تعد ولا تحصى، وانها تسقط الذنوب التي في ذمة المريض بالأخص المؤمن كما يتساقط الوبر من سنام البعير.

أما بالنسبة لغير المؤمن فإنها بمثابة عقوبة يقضيها في سجن الدنيا من دون أجر أو ثواب. أما وصف تساقط الذنوب كتساقط الوبر من سنام البعير

فهو وصف جميل ولطيف يتماشى مع عقول الناس في تلك المرحلة الزمنية خصوصاً العرب الذين يعيشون حياة الريف والبدواة.

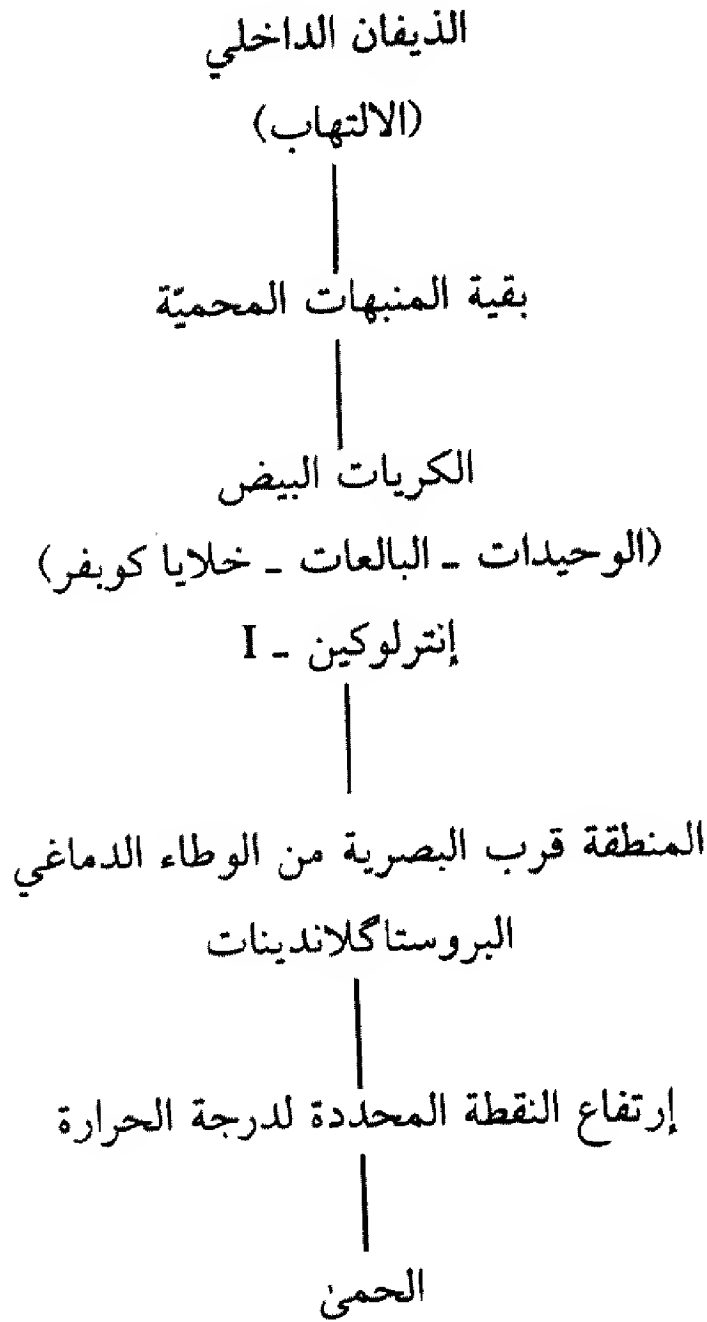
حرارة الجسم :

قبل التحدث عن ميكانيكة حصول الحمى والخطوات الباثولوجية التي تتعاقب لحدوثها-نتعرف بإيجاز على حرارة الجسم وكيفية حصولها :
تنتج الحرارة في الجسم بالتمرين العضلي والتمثيل الغذائي وكل العمليات الحيوية التي يدخل فيها التمثيل الغذائي كعامل مؤثر .
الحرارة تفقد من الجسم عن طريق الإشعاع والنقل والتبخر المائي عن طريق التنفس والجلد والبول والبراز .
إن التوازن بين إنتاج وفقد الحرارة هو الذي يقرر حرارة الجسم .

الحمى :

هي الصفة الأكثر شيوعاً للمرض ، وهي لا تحدث في الثدييات فقط بل في الطيور والزواحف والبرمائيات والأسماك ، وعندما تحدث في الحيوانات الثابتة الحرارة تتصرف آليات تنظيم الحرارة كما لو أنها نظمت للحفاظ الحرارة الجسمية في مستوى أعلى من المستوى الطبيعي - كما لو كانت مُنظم أعيد ضبطه إلى نقطة جديدة فوق ٣٧ درجة مئوية - وبعدها تصل مستقبلات الحرارة إشارات بأن الحرارة الحالية أقل من النقطة المحددة الجديدة ، وهذا يؤدي لتفعيل آليات ارتفاع الحرارة ، مما يسبب احساس القشعريرة عند تقلص الجلدي ويحدث بين الحين والآخر ارتجاف كافٍ لينتج اهتزاز القشعريرة .

إن باثولوجيا (نشوء) الحمى لخصت كالآتي ^(١):



تعمل سموم البكتريا مثل الذيفان الداخلي (سم داخلي) على الوحيدات والبالعات الكبيرة من الكريات البيضاء وخلايا كوبفر لإنتاج الإنترلوكين - I الذي يسبب الحمى وتأثيرات واسعة في الجسم ، وهو يدخل الدماغ مباشرة ويصل المنطقة حول البصرية تحت المهاد . إن الحمى

(١) مبادئ الفيزيولوجيا الطبية للدكتور جوخدار : ص ٣٣٩ .

النااتجة من إنترلوكين - I قد تكون ناتجة عن تحرر محلي للبروستاغلاندينات فحقن البروستاغلاندينات تحت المهاد يسبب الحمى . إضافة لهذا فإن تأثير الإسبرين المضاد للحرارة هو بالعمل على تحت المهاد مباشرة ، فالإسبرين يثبط تركيب البروستاغلاندين . إن منفعة الحمى للمخلوقات غير محددة لكن يعتقد أنها نافعة حيث إنها توجد وتستمر كأستجابة للأمراض المختلفة . وقد أدخلت الحمى قبل إنتاج الأدوية كعلاج للسفلس العصبي وأبدت منفعة . لهذا فالحمى تفيد الأشخاص المصابين بالأمراض البكتريولوجية والفطريات والأمراض الفيروسية ، كما وتبطئ زيادة الحمى نمو بعض الأورام ، لكن على العموم إن ارتفاع الحرارة مؤذي ومزعج للإنسان خصوصاً عندما تصل إلى (٤٠) درجة مئوية ، وعندما تصل فوق (٤٣) درجة مئوية تحصل ضربة الحرارة التي تعرض الإنسان للموت .

علاج الحمى

- ١ - الكمادات الباردة .
- ٢ - استعمال الماء البارد والسوائل .
- ٣ - استعمال الأعشاب ذات الطبيعة الباردة .
- ٤ - المسح بالمحاليل الطيارة .
- ٥ - الحبوب الخافضة للحرارة .
- ٦ - استعمال السوائل التزيقية .
- ٧ - الأشربة الخافضة للحرارة .

٨ - الحقن العضلية والوريدية الخافضة للحرارة .

٩ - الحقن الشرجية (الماء والسوائل الباردة) .

١٠ - التحاميل الشرجية الخافضة للحرارة .

١١ - القطرات الخافضة للحرارة (للأطفال خصوصاً) .

وصدق الإمام جعفر الصادق عليه السلام حين قال : الماء البارد يطفئ

الحرارة ، ويسكن الصفراء ، ويذيب الطعام في المعدة ، ويذهب بالحمى .

الحمية

قال الإمام علي عليه السلام :

«لا تنال الصحة إلا بالحمية»^(١).

و «صلاح البدن الحمية»^(٢).

(١) مستدرک الوسائل : ج ١٦ ص ٤٥٣ .

(٢) هداية العلم في تنظيم غرر الحكم : ص ١٦٩ .

قال الله تعالى في كتابه العزيز: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِي الْأَمْرِ مِنْكُمْ﴾^(١).

وقال الرسول ﷺ:

«المعدة بيت الداء والحمية رأس كل دواء»^(٢).

وقال الحكماء: «الوقاية خير من العلاج».

الآية الشريفة واضحة المعالم والتفسير، وجاءت بصفة الأمر، فبعد طاعة الله والرسول يأمرنا الباري جل وعلا بالطاعة أولي الأمر (علي وابتائه المعصومين عليهم السلام) الذين ورثوا الكتاب والحكمة، والعلم والاستقامة. وعلى هذا فكل كلمة يقولها سيدنا ومولانا أمير المؤمنين عليه السلام هي بمثابة دستور واجب الطاعة والعمل، لكون الإمام وصي رسول الله ﷺ، وباب علمه، ومفتاح حكمته، كلامه كلام رسول الله وكلام رسول الله كلام الله، لذلك فإن جميع الأحكام الدينية والطبية التي نطق بها الإمام عليه السلام ما هي إلا أحكام الهية فيها خير ومنفعة المسلمين خاصة والبشر عامة.

من تلك الارشادات الهامة (الحمية) التي اعتبرها النبي ﷺ رأس كل دواء وعلاج يفيد الأصحاء والمرضى.

الإمام علي والأئمة المعصومون من ابناؤه عليهم السلام وحكماء الطب القديم وأطباء الطب الحديث، يؤكدون بإصرار على الحمية، ويعتبرونها الخطوة الأولى والحجر الأساس في علاج الكثير من الأمراض ومنع حدوثها

(١) سورة النساء، الآية: ٥٩.

(٢) عوالي اللآلي: ج ٢ ص ٣٠.

والتقليل من مضاعفاتها؛ لأن الحمية تضمن سلامة المريض وتدفع عنه الخطر. لتك الأسباب أكد الإمام عليه السلام على هذه الحكمة الصحية والطبية والغذائية، فكما أن المواد الغذائية والعمل اليومي ضروري لبناء وفعالية الجسم، فإن الحمية واجبة وضرورية أيضاً، لكون عدم الإلتزام بها يؤدي بالإنسان السالم والمريض إلى مضاعفات عديدة وخطيرة قد تهدد سلامته وتقعده عن العمل؛ إضافة إلى أن الحمية والابتعاد عن التفكير الزائد والقلق الكثير يجنب الإنسان من الوقوع في شباك الأمراض النفسية التي تؤثر على سلامته الروحية والجسدية.

والآن وبعد أن اكتشفت الشبكة الجينية للإنسان، وشخصت الجينات بصورة واضحة اتضح للعلماء والباحثين بأن الجينات تحمل علامات وصفات معينة تدل على الاستعداد للإصابة بأمراض خاصة.

هذا الإكتشاف فتح باباً علمياً واسعاً للتعرف على كيفية حدوث الأمراض والوقاية منها قبل وقوعها أو تأخيرها على أقل تقدير.

اليوم وبعد أن تقدمت العلوم الطبية تقدماً مذهلاً أقيمت المختبرات الطبية في أرجاء عديدة من العالم، وغايتها إسداء الخدمات والمشاورات الطبية لجميع الناس بالأخص الشباب الذين ينوون الزواج؛ حيث يستطيع العلماء التعرف بسهولة على ما يحمله الزوج أو الزوجة من أمراض كامنة ووراثية أو أمراض مستقبلية، وبذلك أمكن التحكم بالأمراض الوراثية والمحملة لدى الجنسين والتي ستظهر أعراضها على أطفال المستقبل في حالة الزواج من أبوين مصابين بأمراض وعاهات مختلفة. إن أخذ نموذج واحد من خلية إنسانية كاف لإعطاء معلومات كاملة ومفصلة عن الحالة

الصحية والمرضية للإنسان .

هذا الأكتشاف العلمي الحديث يعتبر بحق جزءاً مهماً من الوقاية والحمية التي يتوجب العمل بها خصوصاً عند الزواج ؛ لأن اختيار زوجة سالمة من الأمراض بالأخص الوراثية ، له أهمية خاصة على الحياة الزوجية والعائلية وأطفال المستقبل . إن ترك العمل بهذه النصيحة الطبية سيعرض الزوجين والأطفال إلى مشاكل صحية ومالية ونفسية ، قد تؤدي إلى الطلاق وما يتبعه من مساوئ ومصاعب وأمراض نفسية وعاطفية . لذا يعتبر الفحص الجيني من الضروريات الملزمة ومن أفضل الوسائل للوقاية من الأمراض على اختلاف أنواعها .

الحمية

تعني توقي الإصابة بالأمراض النفسية والجسدية . وهذا يتطلب العمل بها من قبل الصغار والكبار ، النساء والرجال ، الأصحاء والمرضى ، فبالحمية يتجنب الإنسان الوقوع بالمرض ، وبالحمية يتشافى المريض من مرضه بسرعة وبأقل الخسائر المادية والجسدية . الحمية تختلف باختلاف الأعمار ونوع المرض وشدته وطول الإصابة به ولها تعليمات وشروط يحددها ذوي الخبرة والاختصاص ، فقد تطول أو تقصر حسب نوع المرض وظروف المريض الصحية والنفسية .

الحمية نوعان :

- ١ - حمية يطبقها الأصحاء الذين لا يعانون من الأمراض ، لضمان عدم الإصابة والمحافظة على الصحة والسلامة .

٢ - حمية يطبقها ويلتزم بها المرضى المصابون بالأمراض لضمان عدم تدهور حالة المريض وسرعة الشفاء من المرض .

في كلتا الحالتين يعتبر الإفراط أو الاستمرار بالحمية له مضاعفات كثيرة أقلها الإصابة بفقر الدم والضعف العام .

الحمية تشمل حالات وأمراض كثيرة ، روحية وجسدية منها :

١ - الإفراط بالعمل .

٢ - الإفراط بالشهوة الجنسية .

٣ - الإفراط بالسهر .

٤ - الإفراط بالتفكير والخوف والقلق والوسوسة .

٥ - الإفراط بالطعام كمأ ونوعاً .

٦ - الإفراط باستعمال الأدوية .

٧ - الإفراط باستعمال المنبهات كالشاي والقهوة وغيرها .

٨ - الإفراط بالتدخين .

٩ - تناول المسكرات والمخدرات .

١٠ - تناول المواد الغذائية المحرمة .

١١ - عدم رعاية الشروط البيئية .

١٢ - عدم العناية بالنظافة العامة .

١٣ - عدم العناية بالنظافة الشخصية .

١٤ - إهمال العناية بالملابس والهندام .

١٥ - إهمال العمل بالأغسال الواجبة والمستحبة .

١٦ - عدم انتخاب الزوجة الملائمة .

- ١٧ - نقص الثقافة الصحية .
- ١٨ - عدم وجود السكن الجيد .
- ١٩ - عدم ممارسة الرياضة .
- ٢٠ - إرتكاب الفواحش .
- ٢١ - السعي وراء المهلكات كالغرور والكبر والمعاصي والذنوب .
- ٢٢ - إهمال التلقيح الدوري باللقاحات الضرورية التي تمنع الكثير من الأمراض .

نماذج من الحمية لبعض الأمراض الشائعة

١ - أمراض القلب :

تتطلب أمراض القلب عموماً الحمية من تناول الدهون والأصلاح بكثرة وترك التدخين والمنبهات والعصبية والتفكير وتخفيف الوزن ، وعدم القيام بأعمال ذات مجهود عضلي كبير والنوم المبكر . كما وتتطلب مكافحة الأمراض المرافقة لأمراض القلب كمرض السكر والتهابات الرئة . ومن الأمور المهمة الأخرى المواظبة على تناول الأدوية المعطاة لأمراض القلب بصورة منظمة ووفق التعليمات التي يعطيها الطبيب .

٢ - أمراض الرئة :

الأمراض التي تصيب الرئة والقصبات تتطلب الاستراحة وعدم بذل مجهود كبير أثناء فترة المرض ، كذلك تناول الأدوية المعطاة بصورة منظمة حسب تعليمات الطبيب المعالج ، والامتناع عن تناول الأكلات الثقيلة التي تحتوي على المواد الدهنية والحوامض والمهيجات والتوابل ، والامتناع عن

تناول السوائل الباردة أو التعرض إلى الأجواء ذات البرودة العالية .

٣ - أمراض الجهاز البولي :

إن أمراض الجهاز البولي والكللى بصورة خاصة سواء عند الصغار أو الكبار تتطلب الاستراحة الكاملة وعدم التعرض للهواء البارد وتدفئة منطقة الكللى مع تناول كميات كبيرة من السوائل في بعض الأمراض والأمتناع عن الاملاح والسوائل في أمراض أخرى ؛ كذلك تتطلب بعض الأمراض الامتناع عن تناول المواد البروتينية بصورة مؤقتة مع التأكيد على إتباع التعليمات الطبية وتناول الدواء الخاص بصورة منتظمة ووفق التعليمات الطبية .

٤ - أمراض الجهاز الهضمي :

الإنسان مجبور على تناول الغذاء لإدامة الفعالية والبناء ، لذلك فإن أمراض الجهاز الهضمي على العموم تتطلب الحمية من تناول الأغذية المهيجة والحارة التي تحتوي على التوابل والحوامض والدهنيات ، أو تناول كميات كبيرة من الاغذية خصوصاً لكبار السن أو المصابين بمرض عجز القلب .

إن الحمية يجب أن تكون شديدة وفعالة في حالات التهاب المعدة والأمعاء ، وهذا يتطلب التقيد الشديد بنظام التغذية الذي يعطيه الأطباء وعدم تناول أكثر من ثلاث وجبات باليوم . اما في حالات التهاب القولون وتهيجه فهناك حمية خاصة كعدم تناول الحليب ومركباته وترك المواد الغذائية المهيجة والتفكير الزائد الذي يؤدي إلى الاسهال والضعف العام .

٥ - ضغط الدم :

تعتبر الحمية من الأسس المهمة لخفض ضغط الدم والسيطرة عليه

بالأخص أثناء ارتفاعه حيث يعاني المريض من مشاكل كثيرة . وأهم وسيلة للحمية هي عدم تناول الأملاح والدهون بكثرة ، والامتناع عن بذل المجهود الزائد عن قدرة البدن ، وترك القلق النفسي والاضطراب ، ومكافحة الأمراض الموجودة كالسكر وغيره ، وكذلك الاستمرار على تناول الأدوية المعطاة بصورة منظمة .

٦ - الإصابة بمرض السكر :

السكر من الأمراض اللعينة التي تهدم وتدمر كافة أنسجة وأعضاء بدن الإنسان ، ويؤدي إلى مضاعفات شاملة وخطيرة قد ينجم عنها السكتة القلبية والكانجرين (تفسخ الانسجة) والموت ، لذلك يتوجب على المصاب أن يلتزم بالحمية (وهي الأساس) التزاماً تاماً ومنظماً وأن يمتنع عن تناول المواد النشوية والسكرية والدهون ، وان يترك الأعمال المرهقة والشاقة والتفكير والقلق والوسوسة ، مضافاً إليها الالتزام الكامل بتناول العلاج بصورة يومية حسب التحاليل الطبية والتوجيهات التي يقدمها الأطباء .

٧ - الإصابة بمرض ارتفاع نسبة الدهون في الدم :

إن ارتفاع نسبة الدهون في الدم تؤدي إلى مضاعفات عديدة وخطيرة ، منها : تصلب الشرايين ، وعجز القلب ، والإصابة بالجلطة القلبية . إن تصلب الشرايين يؤثر على كافة شرايين وأنسجة الجسم ، والحمية هي حجر الأساس الفعال في مكافحة هذا المرض ، وهي عبارة عن عدم تناول الدهون بكثرة بالأخص الدهون الثقيلة ، وينصح بتناول العلاج اللازم الذي يؤدي إلى خفض نسبة الدهون في الدم . علماً بأن العمل اليومي والرياضة هي من العوامل المهمة في تقليل نسبة الدهون في الدم .

٨ - داء النقرس :

داء النقرس مرض يصيب المفاصل الصغيرة أولاً ثم الكبيرة ، ويصاحبه آلام ومضاعفات عديدة ، منها : تكون حصيات صغيرة في الكلى ، وإذا لم يكافح يصيب المفاصل الكبيرة . أما أساس مكافحته فهي الحمية من تناول اللحوم الحمراء بصورة مطلقة ، والامتناع عن تناول الألبان والخضراوات والطماطم بكثرة ، مع الاستمرار على تناول العلاج في حالة عدم استجابة المرض للحمية .

٩ - الحساسية :

الحساسية تظهر بصور مختلفة ، فهي : إما حساسية جلدية ، أو حساسية داخل الدم أو تبدو فقط كضيق في التنفس في حالة إصابة القصبة الهوائية ، أو كاسهال في حالة إصابة الأمعاء . العوامل الباعثة للحساسية كثيرة ، منها : عوامل بيئية وغذائية ودوائية ، لذلك تجب الحمية من :

أ - الأجواء الحارة والملوثة .

ب - بعض أنواع الأغذية .

ج - بعض أنواع الأدوية .

د - العمل في المعامل الكيميائية .

إضافة إلى استعمال العلاجات المضادة للحساسية إما بشكل دوري أو

فصلي حسب ظروف المريض .

١٠ - أمراض تكسر الدم :

هذه الأمراض إما وراثية تنتقل عن طريق الآباء والأمهات ، أو تنشأ عن طريق الإصابة بالأمراض ، أو نتيجة تناول بعض المواد الغذائية كالباقلاء

والسمك وغيرها .

الحمية في حالة تكسر الدم تشمل :

أ - الفحص الجيني الكامل قبل الزواج ، وعدم الزواج من امرأة تحمل جينات الأمراض الوراثية كأمراض تكسر الدم .

ب - عدم تناول المواد الغذائية التي هي عامل مساعد ومحرك لنشوء الحساسية .

ج - مكافحة الأمراض التي تؤدي إلى تكسر الدم .

د - الابتعاد عن العمل المجهد .

١١ - أمراض العين :

أمراض العين بعضها وراثي والبعض الآخر مكتسب . الأمراض الوراثية يتوقى منها بعدم الزواج من نساء يحملن الجينات المرضية ، أما المكتسب فالحمية منها من خلال استعمال الدواء واختيار البيئة الصالحة كما في حالة الإصابة بالحساسية . كذلك تتطلب الحمية استعمال العدسات الخاصة بكل مرض وعدم تركها . أما مرض السكر المؤثر على العين فيجب مكافحته بصورة فعالة ، وكذلك ضغط الدم وزيادة فعالية الغدة الدرقية التي تؤثر تأثيراً كبيراً على العين . وفي حالة ارتفاع ضغط العين يقلل من تناول الأملاح .

١٢ - الغدد الصماء :

أمراض الغدد الصماء إما وراثية حيث يتطلب ذلك الاختيار الصحيح للزوجة ، أو مكتسبة ويتطلب ذلك معالجة كل مرض على حدة ، كعدم تناول الأملاح بكثرة أو استعمال بعض الأدوية المعوضة كأملح اليود

وغيرها بصورة دائمة ، والامتناع عن تناول بعض الأغذية التي تؤثر على عمل بعض الغدد .

١٣ - التهاب اللوزتين :

اللوزتان حارس أمين تقعان في مقدمة البلعوم ، ووظيفتهما اقتناص العوامل المرضية التي تحاول الدخول إلى الجسم عن طريق الفم . في حالة إصابة اللوزتين بأمراض حادة أو مزمنة وأصبحتا مريضتين ، فالحمية هنا ضرورية وواجبة ويجب الاستمرار فيها كمكافحة الأمراض الموجودة والامتناع عن تناول الأكلات والسوائل الباردة والمثلجة والحوامض المخدشة التي تساعد على الإصابة بالمرض .

١٤ - التهاب اللثة والأسنان :

أمراض اللثة والأسنان لها أسباب كثيرة ، منها : عدم العناية بنظافة الأسنان ، ومراجعة الأطباء وقت الضرورة ، أو عدم تناول الدواء والغذاء اللازم الذي يقوي الأسنان ويحافظ عليها . وحمية الأسنان تأتي من خلال ترك الأغذية المخدشة ، وعدم تناول الحلويات بكثرة ، وتنظيف الأسنان واستعمال السواك يومياً ، ومعالجة الأمراض والتسوسات التي تحدث ، مع تناول الأغذية التي تقوي اللثة والأسنان كفيتامين C ومركبات الكالسيوم .

١٥ - الأمراض العصبية :

الأمراض العصبية كثيرة ومتنوعة ، ولها أسباب عديدة . أما طرق الوقاية والحمية من الإصابة بها فهي التوكل على الله ، والإيمان بقضائه ، وترك الحسد والغرور والتكبر ، والرضى بقضاء الله الذي يقود إلى الصبر والشكر حيث الهدوء والسكنية وراحة البال وصفاء الضمير . هذه الأمور

كلها تمنع الإنسان من الوقوع في حبال الأمراض النفسية والعصبية .

١٦ - تساقط الشعر :

تساقط الشعر إما وراثي أو مكتسب نتيجة الجهد والتعب والأمراض والفكر الكثير والإصابة بالأمراض العصبية . إن أفضل الطرق للوقاية والحمية هي الاعتناء بالشعر ، خصوصاً شعر الرأس وغسله وتنظيفه بصورة منظمة ، وتناول المواد الغذائية التي تساعد على تقويته ونموه والابتعاد عن المهيجات العصبية والنفسية .

١٧ - الضعف الجنسي :

المقاربة الجنسية مطلوبة ومرغوبة من كلا الجنسين . زيادتها فيها الضرر ، وقتلتها مكروهة لأسباب عديدة حتى أن بعض الحكماء قالوا : «كثرتها تورث الجنون ، وقتلتها تورث العنة» .

الضعف الجنسي له أسباب عديدة ، أهمها : التفكير ، والقلق ، والإصابة ببعض الأمراض الهرمونية كالسكر وأمراض الغدة الدرقية والنخامية ، أو نتيجة استعمال بعض الأدوية المثبطة للرجبة الجنسية ، أو عدم تناول المواد الغذائية المقوية .

إن أفضل حمية للخلاص من الضعف الجنسي هي محاربة ظاهرة القلق ومكافحة الأمراض الهرمونية والسكر عند الأشخاص المصابين ، وقطع الأدوية التي تؤثر على القوة الجنسية ، مع تناول الأغذية التي تساعد على زيادة الرغبة عند كلا الطرفين .

١٨ - السمنة :

السمنة لها اسباب ، منها : الاستعداد الوراثي ، وعدم قيام الإنسان

البدين بفعاليات يومية لصرف الغذاء المتناول ، وزيادة تناول الطعام خصوصاً المواد الدهنية والسكرية ، إن السممة تؤدي إلى حدوث أمراض مختلفة ، منها : تصلب الشرايين ، والذبحة الصدرية ، والتهابات الرئة والجلد ، والاستعداد للإصابة بمرض السكر .

أما الحمية من الإصابة بالسممة فهي الفحص الجيني قبل الزواج ، والرياضة اليومية ، والقيام بالفعاليات المنظمة ، والامتناع عن تناول المواد الدهنية والسكريات والنشويات ، وجعل وجبات الطعام ذات طاقة محدودة .
١٩ - الفواحش :

أنواعها كثيرة ، وأسبابها عديدة ، وأمراضها متنوعة ، وعواقبها معروفة لكل ذي عقل وبصيرة ولكل إنسان يخاف الله واليوم الآخر . لذلك فإن الوقاية والحمية واجبة وضرورية لتجنب الوقوع في حبال تلك الموبقات ، خصوصاً إذا علمنا أن الفواحش لها مضر صحية ونفسية واجتماعية ودينية ، وانها قد تجر الإنسان إلى دخول النار .

الحمية هنا تتطلب الزواج المبكر للخلاص من حبال الشيطان ، والابتعاد عن الأجواء الفاسدة المتحللة ، ومكافحة الأمراض الجنسية وفق الإرشادات والتعليمات الطبية .

٢٠ - التدخين ، المنبهات ، المشروبات الكحولية والمخدرات :

هذه العوامل والعادات لها أضرار صحية ونفسية واجتماعية كثيرة لا تعد ولا تحصى ؛ كما ولها أضرار دينية قد تجعل الإنسان بعيداً عن العائلة والمجتمع والدين ، لا يهتم شيئاً من دنياه سوى إطاعة الشيطان والعمل بأوامره .

الحمية في هذه المخاطر واجبة شرعاً وعرفاً وعقلاً من خلال ترك تلك العادات وعدم الرجوع إليها ، والابتعاد عن الأجواء الفاسدة المضللة ، وتحكيم العقل والذات ، والتمسك بالتعاليم الدينية السمحاء ، والاستماع إلى نصائح الأئمة المعصومين عليهم السلام .

٢١ - الإسهال : مرض شائع ومعروف بين اواسط المجتمع وهو عبارة عن زيادة عدد الدفعات ويظهر إما بشكل حاد أو مزمن . وأسباب الإسهال المزمن إما الإصابة بالطفيليات أو الحساسية للمواد الغذائية ، أو اسباب نفسية وعصبية . الإسهال الحاد له أسباب عديدة منها : عدم الحمية ، والإفراط بالطعام ، والتلوث الغذائي بالفيروسات والبكتريا والضمّات والعصيات المرضية ، وهذا النوع من الإسهال يتطلب التدخل الطبي السريع من خلال إعطاء العلاج اللازم ، والبحث عن السبب أو الأسباب التي أدت إلى ظهور الاعراض .

الحمية في حالات الإسهال تتطلب ما يلي :

- ١ - عدم الإفراط بالطعام .
- ٢ - ترك تناول أنواع معينة من المواد الغذائية وبكميات كبيرة .
- ٣ - عدم تناول المواد الغذائية التي تسبب الحساسية .
- ٤ - ترك التفكير الزائد وعدم التعرض للأمور التي تثير العصبية .
- ٥ - حفظ المواد الغذائية بطرق صحية وعلمية .
- ٦ - تعقيم المواد الغذائية الطازجة كالخضراوات وغيرها بصورة

دائمة .

- ٧ - طهي المواد الغذائية يجب أن يتم بصورة علمية ، يحافظ فيها

على الفيتامينات والمواد الغذائية الأخرى من التلف .

٨ - يجب مراعاة النظافة العامة داخل البيت والمطبخ وتصريف الفضلات ، الأزبال بصورة صحية .

٩ - عدم تناول المواد الغذائية المطبوخة والمحفوظة لمدة طويلة لاحتمال تلوثها وفسادها .

١٠ - مكافحة الأمراض الحادة والمزمنة عند الأفراد المصابين .

١١ - مكافحة الحشرات الضارة والناقلة للأمراض .

١٢ - التثقيف الصحي الغذائي .

١٣ - تنويع المواد الغذائية للحصول على الطاقة اللازمة وما يحتاجه

الجسم .

١٤ - الاستفادة الدائمة من الماء الصحي الخالي من الميكروبات .

١٥ - عدم الاستفادة من المواد الغذائية التي تباع في الأسواق

والمعرضة دائماً للتلوث بالميكروبات .

الزنا

قال الإمام علي عليه السلام:

«ما زنى غيور قط»^(١).

«ليس يزني فرجك إن غَضَضْتَ طَرْفَكَ»^(٢).

«وقد علمتم أَنَّ رسول الله ﷺ رَجَمَ الزَّانِي الْمُحْصَنَ

وَجَلَدَ الزَّانِي غَيْرَ الْمُحْصَنِ»^(٣).

«فَرَضَ اللهُ الْإِيمَانَ تَطْهِيراً مِنَ الشَّرِكِ ، وَتَرَكَ الزَّانَا تَحْصِيناً

لِلنَّسَبِ وَتَرَكَ اللُّوَاطَ تَكْثِيراً لِلنَّسْلِ»^(٤).

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ١٩ ص ٢١١ .

(٢) المصدر السابق: ج ٢٠ ص ٣٢٤ .

(٣) المصدر السابق: ج ١ ص ١٢٢ .

(٤) المصدر السابق: ج ١٩ ص ٨٦ .

خلق الله الإنسان وأودع فيه العقل والشهوة، وميزه عن الملائكة الذين يملكون عقلاً بلا شهوة، وعن الحيوانات التي تملك شهوة بلا عقل. وعلى هذا المعيار فإن الإنسان الذي يعيش ويتصرف بعقله بعيداً عن الشهوات والفواحش وحب الدنيا، إنما يعيش الحياة بلذتها وسعادتها متظلاً بستائر الإيمان وعزائم الشكر لله الذي سخر له كل شيء ﴿سُبْحَانَ الَّذِي سَخَّرَ لَنَا هَذَا وَمَا كُنَّا لَهُ مُقْرِنِينَ﴾^(١) ليعيش حياته كريماً متحصناً بتقوى الله وإيمان الصادقين.

إن الإنسان العارف، المُسَلِّم لله بكل جوارحه وأعضائه، المتقي من وساوس وهمزات الشياطين إنما يسير في الطريق الصحيح وفق الفطرة الإلهية التي أرادها الله لعباده ووفق العقل الذي حباه الله بالعناية والحب. هكذا إنسان هدفه رضى الخالق والعمل على طاعته تصبح حياته جنة ومسيرته آمنة سعيدة لا يطمح إلا رضى الله والتمسك بأوامره الرشيدة.

من تلك الألفاظ الإلهية والتعليمات الربانية التي هدفها صلاح الإنسان وتقويم مسيرته، تحذيره من إرتكاب المنكرات والفواحش التي تدمر الحياة وتسخط الرب، وهذا يتطلب التحصن منها بوسائل كثيرة: منها الزواج وغيض البصر عن مصائد الشيطان التي تقود إلى الضلال والهلكة والانحطاط الروحي والعائلي والاجتماعي؛ لذا قال الإمام علي عليه السلام: «وَلَمَحُ الْعَيُونِ مَصَائِدُ الشَّيْطَانِ». وعلى العكس من ذلك، فإن الإيمان ينقي النفس من الشوائب والآثام الشيطانية، ويبعدها عن المهالك التي تسلب الغيرة والحمية والإيمان والدين، وتجعل الإنسان حيواناً أو أوطاً من ذلك.

المصائد الشيطانية كثيرة في مقدمتها النساء، لذلك نرى الشيطان

(١) سورة الزخرف، الآية: ١٣.

يزين للانسان حب النساء والوقوع في شباكهن وغرامهن وسحر عيونهم ، وما أن يقع في المصيدة حتى يصبح صيداً سهل القيادة كثير الطاعة ، مستعداً لارتكاب المعاصي الواحدة تلو الأخرى ، وعليه فإن الزواج هو المفتاح الصحيح الذي يأخذ بيد الإنسان نحو شاطئ الأمان ، نحو الاستقرار ، حيث الحياة الزوجية السعيدة وحلاوة الأطفال ، قال تعالى في كتابه الكريم : ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً * إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (١) .

وقال الرسول ﷺ :

«من تزوج أحرز نصف دينه» (٢) .

وقال : «من كان يحب أن يتبع ستي فإن من ستي التزويج» (٣) .

وقال الإمام علي عليه السلام :

«أفضل الشفاعات أن تشفع بين إثنين في نكاح حتى يجمع الله بينهما» (٤) .

فالزواج إذن فريضة الهية مؤثرة على سلوك الإنسان المسلم وغير المسلم ، وهو ركيزة قوية ودعامة ضامنة لتقويم المجتمع ومنعه من الانهيار ، فهو بهذه المواصفات محافظ أمين على الأواصر العائلية والاجتماعية ، ومانع قوي ضد الفساد والتردي والشذوذ والانهيار ، لهذا يعتبر العزوف عن الزواج خطأ كبيراً وخسارة فادحة تشمل جميع جوانب المجتمع .

وقد أكد العلماء والباحثون على أن الزواج عامل أساسي من عوامل

(١) سورة الروم ، الآية : ٢١ .

(٢) وسائل الشيعة : ج ٢٠ ص ١٧ .

(٣) المصدر السابق : ج ٢٠ ص ١٥ .

(٤) المصدر السابق ج ٢٠ ص ٤٥ .

الاستقرار الروحي والعائلي والاجتماعي ، ومنقذ فعال لأغلب الناس من شر الأعمال المنكرة للدين والضمير .

«إن الزواج من الجانب الاجتماعي يعتبر اللبنة الاولى لبناء الأسرة الفاضلة والحجر الأساس للحياة العائلية السعيدة التي تجعل الإنسان يشعر بالراحة والاستقرار والسكينة والأمان . وقد وصف القرآن المرأة بأجمل وصف وأحلى بلاغة ، وهو يمثلها تارة باللباس للرجل وتارة بالسكن الذي يجلب السكينة والأطمئنان . ومما لا شك فيه أن الزواج هو من أسمى وأقدس الروابط البشرية التي تربط بين الرجل والمرأة ، لأنه تبادل روح بروح ، وعاطفة بعاطفة ، وحب بحب ، وتضحية بتضحية ، لكي تظل السعادة الدائمة والحياة الجميلة بظلالها الوارفة على الحياة الزوجية فتحيلها إلى جنة غناء مفعمة بالود والإخلاص»^(١).

وعليه فإن الزنا جريمة بشعة ينكرها الإسلام والعقل والمنطق وينكرها المسلمون وغير المسلمين على السواء . الإسلام أنكر وحذر وهدد وعاقب الزناة بأشد العقوبات ، واعتبرها جريمة وتحذراً لحدود الله الذي أراد الخير للناس ، لذلك جعل عقوبتها شديدة رادعة وعلمية في الحياة الدنيا ، أما في الآخرة فالعقوبة أشد وأقسى ، وويل للزناة من غضب الله وعقوبته .

فالزنا رأس الفواحش وقائد كل خطيئة .

والزنا عنوان صحيفة الفاسقين والمنحرفين .

والزنا باب الشيطان الأكبر ومدخل مصائده .

والزنا دليل ذهاب الغيرة والإيمان .

لذلك قال الرسول ﷺ :

«الزاني لا يزني حين يزني وهو مؤمن»^(١).

الزنا يهدم النفس ، ويحطم الروح ، ويقوض بناء الأسرة ، ويحطم كيان المجتمع ، ويغضب الرب ، ونهايته الخلود في نار جهنم ، جزاء لهذا العمل الشنيع الذي حذر منه القرآن والرسول الأكرم حين قال : «في الزنا خمس خصال : يذهب بماء الوجه ، ويورث الفقر ، وينقص العمر ، ويسخط الرحمن ، ويخلد في النار ، نعوذ بالله من النار»^(٢).

أما القرآن فيقول : ﴿قُلْ إِنَّمَا حَرَّمَ رَبِّي الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَّنَ وَالْإِثْمَ وَالْبَغْيَ بِغَيْرِ الْحَقِّ﴾^(٣).

وقال : ﴿وَلَا تَقْرَبُوا الزَّوْنَىٰ إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا﴾^(٤).

لذلك الأسباب ولهول الجريمة كانت عقوبة الزنى شديدة وعلمية يشهدها طائفة من المؤمنين ، كي تكون عبرة يتعض بها الجميع ، وراوع يردع كل نفس يوسوس لها الشيطان عمل السوء والفحشاء ، فكان القانون الإلهي الذي هو أفضل وأحسن وأصح وأقوى قانون تأديبي يقوم سلوك ومسيرة الإنسان الجاهل ، ويجعل حياته فاضلة كريمة بعيدة عن السوء والمنكرات . قال الله في كتابه العزيز : ﴿الزَّانِيَةُ وَالزَّانِي فَاجْلِدُوا كُلَّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا مِائَةَ جَلْدَةٍ وَلَا تَأْخُذْكُمْ بِهِمَا رَأْفَةٌ فِي دِينِ اللَّهِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ، وَلِيَشْهَدَ عَذَابُهُمَا طَائِفَةٌ مِّنَ الْمُؤْمِنِينَ * الزَّانِي لَا يَنْكِحُ إِلَّا زَانِيَةً أَوْ مُشْرِكَةً وَالزَّانِيَةُ لَا يَنْكِحُهَا إِلَّا زَانٍ أَوْ مُشْرِكٌ وَحُرِّمَ ذَلِكَ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ﴾^(٥).

(١) وسائل الشيعة : ج ٢٠ ص ٣١٠ .

(٢) المصدر السابق : ج ٢٠ ص ٣٠٩ .

(٣) سورة الأعراف ، الآية : ٣٣ .

(٤) سورة الإسراء ، الآية : ٣٢ .

(٥) سورة الأعراف ، الآيتان : ٢ - ٣ .

الإمام علي عليه السلام : وصي رسول الله صلى الله عليه وآله قال : «وقد علمت أن رسول الله صلى الله عليه وآله رجم الزاني المحصن وجلد الزاني غير المحصن» .
وقال : «ما زنى غيور قط» .

لأن الزنى عملية قبيحة ينكرها كل شريف ، مؤمن ، غيور ، يخاف حساب الله وعذاب اليوم الآخر ، حذر الإمام عليه السلام من الزنا الذي لا يرتكبه الإنسان العفيف الشريف الذي يكون موضع العناية الإلهية التي تحفظه وتحفظ عائلته من الأنزلاق في مزالق الشر التي يزينها الشيطان فقال : «ليس يزني فرجك إن غضضت طرفك» .

الآثار الاجتماعية للزنا :

لا شك فيه أن الزنا يهدم الأسر ويفكك العوائل ، وتنعكس آثاره بصورة سلبية على المجتمع ، ومن تلك السلبيات :

١ - إزدیاد حالات الطلاق بين أفراد الأسر التي تمارس الزنا .
٢ - إزدیاد المشاكل والشجار بين الأفراد والعوائل التي تسلك هذا الطريق .

٣ - بروز ظاهرة الشذوذ الجنسي بين النساء والرجال .

٤ - إزدیاد حالات الإصابة بالأمراض النفسية .

٥ - إنحراف الأطفال نتيجة سوء التربية العائلية .

٦ - الزنا يقود إلى الإدمان على المسكرات والمخدرات .

٧ - إزدیاد ظاهرة الاعتداء والقتل والانتحار ودخول السجون بين

الأشخاص المنحرفين .

٨ - كثرة حالات الإجهاض في أواسط الطبقات المنحرفة .

٩ - حدوث تشوهات جنينية عند الأطفال المولودين نتيجة الشذوذ

الجنسي والعلاقات المحرمة .

- ١٠ - تدني المستوى الدراسي والعلمي عند الأشخاص الذين يمارسون الزنا والشذوذ .
- ١١ - تدني مستوى العمل والإنتاج لدى المصابين بالانحراف والزنا .
- ١٢ - الزنا أحد وسائل الصيد للخيانة والتجسس واعتناق المبادئ الشاذة والهدامة .

الآثار الطبية للزنا :

إن الذين يمارسون الزنا معرضون للإصابة بالأمراض الزهرية والجسدية والنفسية . هذه الظاهرة واضحة عند الكثير من الشاذين ، ولعل الإحصاءات التي نشرت وتنتشر في صحف ومجلات العالم خير دليل على ما نقول . ومن أهم تلك الآثار .

أ - الأمراض الزهرية :

- ١ - مرض السيلان .
- ٢ - مرض السفلس .
- ٣ - مرض الحمى الراشحة .
- ٤ - الإصابة بالفطريات الجلدية والتناسلية .
- ٥ - الإصابة بالجرب .
- ٦ - الإصابة بقمل العانة .
- ٧ - الإصابة بالديدان الخيطية والحلزونية وغيرها .
- ٨ - الإصابة بمرض الدويبات الشعرية .
- ٩ - الإصابة بالتألول الجلدي .
- ١٠ - التعرض للإصابة بمرض الورم الحبيبي الليمفاوي المغبني .

- ١١ - الإصابة بالورم الحبيبي الأربي .
 - ١٢ - الإصابة بمرض الأيدز أو مرض نقص المناعة المكتسب .
 - ١٣ - الإصابة بالقرحة الرخوة .
 - ١٤ - الإصابة بمرض الكلاميديا المهبلي .
- ب - الأمراض النفسية :

- ١ - القلق .
 - ٢ - الخوف .
 - ٣ - الوسوسة .
 - ٤ - التوهم .
 - ٥ - الانفصام .
 - ٦ - حب الاعتداء .
 - ٧ - القسوة .
 - ٨ - الانتحار .
 - ٩ - الأرق .
 - ١٠ - بروز ظاهرة الشك .
 - ١١ - ضعف الإيمان .
 - ١٢ - الإصابة بالحصر القهري .
- ج - الأمراض الجسدية :

«نظراً للأجواء الخاصة التي يكثُر فيها الزنا، وسرية الحياة التي يعيشها أولئك الذين يمارسون هذا العمل، إضافة إلى الأجواء النفسية المعقدة، والسهر الدائم، والتخبط في دوامات الفكر والخوف من المستقبل المجهول والقانون والعقاب يجعلهم في شرود فكري وقلق شديد .

هذه الأسباب المتعددة والمتضاربة تؤدي إلى نشوء أمراض جسدية

عديدة بين صفوف تلك الشريحة الشاذة من المجتمع، خصوصاً وإن عادة التدخين وشرب المسكرات والمخدرات شائعة بينهم، مضافاً إليها عقدة الشعور بالذنب والخوف من المجتمع تجعلهم لا يراجعون الأطباء والمراكز الصحية بالسرعة المطلوبة، مما يساعد على تفشي الأمراض بينهم بصورة كبيرة»^(١).

ومن هذه الأمراض :

- ١ - الإصابة بالسل الرئوي .
- ٢ - الإصابة بالتهاب اللوزتين المزمن .
- ٣ - الإصابة بالتهاب القصبات الحاد والمزمن .
- ٤ - الإصابة بحساسية القصبات .
- ٥ - الإصابة بالتهاب الجيوب الأنفية المزمن .
- ٦ - الإصابة بحساسية الجلد المزمنة (الأكزما) .
- ٧ - الإصابة بالأمراض المعوية كالتهاب المعدة والأمعاء واضطراب القولون .

- ٨ - الإصابة بالأمراض الجلدية المتنوعة .
- ٩ - الإصابة بالسكتة القلبية .
- ١٠ - الإصابة بمرض ارتفاع ضغط الدم .
- ١١ - الإصابة بمرض السكر .
- ١٢ - الإصابة بمرض تصلب الشرايين .
- ١٣ - الإصابة بالسرطانات المختلفة .

مسك الختام

قال الله جلّت قدرته في محكم كتابه الكريم :

﴿اللَّهُ نُورُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ مَثَلُ نُورِهِ كَمِشْكُوهٍ فِيهَا مِصْبَاحٌ الْمِصْبَاحُ فِي زُجَاجَةٍ الزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ تُونُورٌ عَلَى نُورٍ يَهْدِي اللَّهُ لِنُورِهِ مَنْ يَشَاءُ وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَلَ لِلنَّاسِ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ﴾^(١).

وقال الرسول الأكرم ﷺ :

«خلقت أنا وعلي من نور واحد»^(٢).

وقال الإمام السجاد عن أبيه عن جده عن رسول الله ﷺ :

«يا نور النور، يا منور النور، يا خالق النور، يا مدبر النور، يا مقدر النور، يا نور كل نور، يا نوراً قبل كل نور، يا نوراً بعد كل نور، يا نوراً فوق كل فوق نور، يا نوراً ليس كمثل نور»^(٣).

سلام على أنوار الله في السموات والأرضين ، وله الحمد حمد الشاكرين ، حمداً يعجز عنه لساني وجوارحي إلى يوم الدين ، والصلاة والسلام على سيدنا وحبينا رسول رب العالمين وعلى أهل بيته الطاهرين . وبعد فليعلم المؤمن عن يقين ، وليؤمن كل ذي بصيرة ودين ، بأن

(١) سورة النور ، الآية : ٣٥ .

(٢) علل الشرائع : ص ١٣٤ .

(٣) من دعاء الجوشن الكبير .

الأنوار القدسية التي خلقها بارئ الخلائق أجمعين قبل خلق آدم بآلاف السنين هي أنوار ربانية ، سماوية ، علوية ، لا تدركها العقول البشرية ، ولا تحيط بها الأبصار الدنيوية التي لم تأت من العلم إلا قليلاً ، ف سبحانه الله الملك ، القدوس ، السلام ، المؤمن ، المهيمن ، العزيز ، الجبار ، المتكبر ، الذي خلق تلك الأنوار وجعلها في صلب آدم وذريته عليهم السلام فكان :

نور محمد بن عبدالله .

نور حبيب الله .

نور رسول الله .

نور الوحي .

نور الرسالة .

نور القرآن .

نور النذير البشير .

نور خاتم الأنبياء والمرسلين .

نور الخلق العظيم .

ونور علي .

نور الولاية .

نور الوصاية .

نور الهداية .

نور من ذكره عبادة .

نور عنوان صحيفة المؤمن .

نور هارون أمة الإسلام .

نور من ضربته يوم الخندق تعادل عبادة الثقلين .

نور من لولاه لما وجد كفاء لنور فاطمة .

ونور فاطمة بنت محمد .

نور سيدة نساء العالمين .

نور البتول .

نور الطاهرة .

نور الصديقة الكبرى .

نور الزهراء .

نور الحوراء الأنسية .

نور مريم الكبرى .

نور الراضية المرضية .

وأراد الله لتلك الأنوار المقدسة التي لولاها لما خلق الأفلاك ، أن تتلأأ دلالة على عظمته ومطلق إرادته ، وتتحد استجابة لقدرته وحكمته ، فجمع في زواج الهي نور علي وفاطمة ، فتعالى التكبير والتسبيح والتهليل من ملائكة العزيز الجليل ، فعمّت الفرحة جميع السموات العلى ، وأشرقت وأزهرت الجنان ، وفرحت واسترت الحور الحسان لأمر الواحد المنان ، وهبط جبرائيل بالأمر العظيم ليزف البشرى إلى نبيه الكريم وأن يشرق النور في السموات والأرضين بزواج علي من فاطمة ، لأن الله قد زوجها في السماء قبل الأرض ليجتمع بأمر الله نور الرسالة مع نور الولاية . وكان الزواج الميمون الذي نص به علم الله المكنون ، فأثمر عن أنوار علوية حفظت الإسلام وصانت المسلمين ، وقادتهم نحو الخير والسعادة والأمان ، إنها أنوار أئمة أهل البيت الذين أذهب الله عنهم الرجس وطهرهم تطهيراً . هكذا كانت مشيئة الله وإرادته ، وصار نور علي وفاطمة عليهما السلام ينتقل من صلب شامخ إلى رحم طاهر حتى استقر في صلب الإمام الثاني عشر المهدي المنتظر الذي لولاه لساخت الأرض بما عليها ، وما ذلك إلا منة

ورحمة، وبذلك أبقت الحكمة الربانية أقوال وأفعال وزهد وتقوى وعلم وارشادات وسيرة ونور علي عليه السلام يظلل الأرض ويرعى الكون ويحفظه من الزوال، من خلال إشعاعات نور بقية الله الأعظم الحجة بن الحسن العسكري، نور الهی، أبدي، سرمدي شمل ببركته جميع المخلوقات التي خلقها الله. فسلام عليك يا أمير المؤمنين.

يا نور الله الدائم.

يا نور الله الساطع.

يا نور الله الشامل.

يا نور الله الذي استقامت به الأرض.

يا عبدالله وأخا رسوله.

يا من عنده علم الكتاب.

يا من حبه شفاء للقلوب والأجساد.

يا نور الله الذي يفرح به المؤمنون ويذل به الكافرون ورحمة الله

وبركاته.

قال
الفقيه
والشاعر
الصاحب
ابن عباد
رحمة الله عليه

أنا وجميع من فوق التراب فداء تراب نعل أبي تراب

فهرس المصادر

- ١ - القرآن الكريم .
- ٢ - الإرشاد ؛ للشيخ المفيد : ٢٥ .
- ٣ - أصول الطب النفساني ؛ للدكتور فخري الدباغ : ١٣٢ .
- ٤ - أصول الكافي ١ : ١٦ .
- ٥ - بحار الأنوار ؛ للمجلسي ٢ : ٥٥ ، ٣ : ٤٤ ، ٦٣ : ٣٣٠ .
- ٦ - التداوي بلا دواء ؛ للدكتور أمين رويحة .
- ٧ - الترغيب والترهيب ٣ : ٥٣٦ ، ٥٦٦ .
- ٨ - تصنيف نهج البلاغة ؛ للبيب بيضون : ٣٤٠ ، ٦٧٧ ، ٦٨١ - ٦٨٢ ، ٨٨٦ ، ٩٠١ .
- ٩ - توحيد المفضل : ٤٨ ، ٥٨ ، ٧١ ، ٨٧ .
- ١٠ - الجامع الصغير ؛ للسيوطي ٢ : ٦٦ .
- ١١ - الخصال ؛ للشيخ الصدوق : ٦٢٠ .
- ١٢ - ديوان الإمام علي عليه السلام : ١٧٩ .
- ١٣ - ذم الحسد ؛ لابن أبي الدنيا .

- ١٤ - روضة الكافي : ١٤٣ .
- ١٥ - روضة الواعظين : ٤٣٤ ، ٤٧٢ .
- ١٦ - السنة النبوية والطب الحديث ؛ للدكتور صادق دستغير : ٦٧ .
- ١٧ - سنن ابن ماجه .
- ١٨ - سنن الترمذي ٩ : ٢٠٧ .
- ١٩ - سنن النسائي ٨ : ٩٨ .
- ٢٠ - شباب في الشيخوخة ؛ للدكتور أمين رويحة .
- ٢١ - شرح نهج البلاغة ؛ لابن أبي الحديد ١ : ٩٦ ، ٩٧ ، ٢ : ٣١٨ ، ٣ : ١٢٠ ، ١٣٨ ، ٥ : ١٥٣ ، ١٥٤ ، ٦ : ٩٦ ، ٢٥٧ ، ٢٦٩ ، ٣٥٤ ، ٧ : ١٩٤ ، ٢٣٧ ، ٨ : ٢٦٩ ، ٩ : ٢٢٦ ، ٢٧٥ ، ٢٨٨ ، ١٠ : ١٠ ، ١٨٨ ، ١٢ : ١١٧ ، ١٣ : ٥٦ ، ١٦ : ٢٠٨ ، ٢٦٠ ، ٢٨٩ ، ١٨ : ١٤١ ، ١٥٥ ، ٣٤١ ، ٣٤٦ ، ٣٥٦ ، ١٩ : ٣٩ ، ٩٧ ، ١٧٣ ، ٢٨٣ ، ٢٠ : ٦٢ ، ٣٢٤ .
- ٢٢ - شعب الايمان ؛ للبيهقي ١ : ٤٧١ .
- ٢٣ - صحيح البخاري ٧ : ٢ .
- ٢٤ - طب الأئمة : ١٠٦ .
- ٢٥ - طب الإمام علي عليه السلام ؛ لمحسن عقيل : ٤٤١ .
- ٢٦ - الطب الشرعي ؛ للدكتور زياد درويش : ٤٣٣ .
- ٢٧ - الطب محراب الإيمان ؛ للدكتور خالص جلبي .
- ٢٨ - الطفل بين الوراثة والتربية، لمحمد تقي الفلسفي ١ : ١٠٦ .
- ٢٩ - علل الشرايع : ١٣٤ .
- ٣٠ - عوالي الآلي ٢ : ٣٠ .
- ٣١ - عيون الحكم والمواعظ : ١٠١ .
- ٣٢ - غرر الحكم ودرر الكلم، للآمدي ١ : ٨٥ ، ٢٢٧ .

- ٣٣ - القرآن والطب الحديث ؛ الدكتور صادق دستغير : ٢٠٦ .
- ٣٤ - قضاء أمير المؤمنين عليه السلام ؛ لمحمد تقي التستري : ١٤ .
- ٣٥ - الكافي ؛ للشيخ الكليني ١ : ٣٠٢ ، ٢ : ١٦ ، ٥٠ ، ١٢١ ، ٣٠٢ ، ٣٠٧ ، ٤١٥ ، ٦ : ٤٠ ، ٤٤ ، ٤٩٠ ، ٥١٠ .
- ٣٦ - كشف الخفاء ؛ للعجلوني ١ : ٢٨٨ .
- ٣٧ - كنز العمال ؛ للمتقي الهندي ٣ : ٧٢٠ .
- ٣٨ - كنز الفوائد ؛ للكراجكي : ٩٤ .
- ٣٩ - مبادئ الفيزيولوجيا الطبية ؛ للدكتور جوخدار : ٣٣٩ .
- ٤٠ - مجمع الزوائد ؛ للهيتمي ٢ : ٣٢٠ .
- ٤١ - المحجة البيضاء في تهذيب الأحياء ١ : ٢٣ ، ١٧٢ ، ١٧٣ ، ٥ : ٩٥ ، ١٩٠ ، ١٤٤ ، ٣٣٠ ، ٣٣٥ ، ٦ : ٣٩ ، ٢٢٨ ، ٧ : ٢٧٠ .
- ٤٢ - مستدرک الحاكم ؛ للحاكم النيسابوري ٤ : ٢٤٣ .
- ٤٣ - مستدرک الوسائل ؛ للنوري ١ : ٦١ ، ١٦ : ٢١٣ .
- ٤٤ - معاني الأخبار : ٣١٣ .
- ٤٥ - مقدمة نهج البلاغة ؛ للشيخ محمد عبده : ٥٠٧ .
- ٤٦ - مكارم الأخلاق ؛ للطبرسي : ١٤٧ .
- ٤٧ - من لا يحضره الفقيه ؛ للشيخ الصدوق ٢ : ٤٩ ، ٣ : ١٥٦ ، ٣٠٧ ، ٤ : ٣٧٦ .
- ٤٨ - منية المريد : ١٥٦ .
- ٤٩ - النهاية في غريب الحديث ؛ لابن الأثير ٢ : ٢٣ .
- ٥٠ - نهج البلاغة ؛ لصبحي صالح .
- ٥١ - وسائل الشيعة ، للحر العاملي ٢٠ : ٤٥ ، ٢٥ : ٨٠ .
- ٥٢ - هداية العلم في تنظيم غرر الحكم : ١٦٩ .

المصادر الأجنبية

- 1- Clinical dermatology.
- 2- Clinical pharma cology page 217.
- 3- Current medial diagnosis and treatment page 1196.
- 4- Davidson,s principles and practice of medicine.
- 5- Illustrated physiology.
- 6- Review of medical physiology.
- 7- Samson wright,s Applied physiology.

الفهرس الموضوعي

٧	سطور عن الإمام علي بن أبي طالب عليه السلام
٨	ضوء من الضوء
١٥	المقدمة
٢٠	الإمام علي عليه السلام وموقعه الإلهي
٢٣	ما جاء في علي عليه السلام على لسان القرآن
٢٧	ما جاء في علي عليه السلام على لسان علي
٢٩	نهج البلاغة من تراث الإمام الخالد
٣٩	ما في هذا الكتاب
٤١	معجزات إلهية
٤٣	أيتها المخلوق السوي والمنشأ المرعي
٤٣	في ظلمات الأرحام ومضاعفات الأستار

- ٤٤ بُدِثْتُ مِنْ سَلَالَةٍ مِنْ طِينٍ
٤٥ وَضَعْتُ فِي قَرَارٍ مَكِينٍ
٤٦ إِلَى قَدَرٍ مَعْلُومٍ وَأَجَلٍ مَقْسُومٍ
٤٧ تَمُورٍ فِي بَطْنِ أُمِّكَ جَنِينًا ...
٤٨ ثُمَّ أَخْرَجْتَ مِنْ مَقْرَكٍ إِلَى دَارٍ ...
٤٩ فَمَنْ هَذَاكَ لَا جِتْرَارَ الْغِذَاءِ ...
٥٠ هِيَهَاتَ أَنْ مِنْ يَعْجِزُ عَنْ صِفَاتِ ذِي الْهَيْئَةِ ...

الهِمَّ وَالْكَآبَةَ

- ٥١ أنواع الهموم
٥٤ الهم أو الكآبة
٥٥ الأسباب
٥٦ الأعراض
٥٧ التشخيص
٥٨ التشخيص التفريقي
٥٨ العلاج
٥٩ ١ - العلاج بالعقاقير طاردة الكآبة
٦٠ ٢ - العلاج النفسي
٦٠ ٣ - العلاج الاجتماعي
٦٠ ٤ - العلاج بالصدمة الكهربائية

الْأَمَلُ

- ٦٣
٦٧ أنواع وحالات الأمل

٦٩ الأمل حسب الجنس والعمر

٧١ وصف الإنسان

٧٧ الجهاز العظمي

٧٧ أنواع العظام

٨١ ضعف الإنسان

٨٤ حقيقة الكبر

٨٥ المتكبر

٨٥ بعض صفات المتكبر

٨٦ المتكبر عليه

٨٧ أسباب انحراف الخلق

٨٧ العجب

٨٨ الغرور

٩٣ أعصاب الجلد

٩٥ تركيب البلعوم

٩٦ عملية البلع

٩٧ الاضطرابات الحركية في البلعوم

٩٧ الاضطرابات الحركية في المريء

٩٩ فوائد عرق البدن

١٠٠ مضار عدم إزالة وتنظيف عرق البدن

١٠٠ تنظيم حرارة البدن

١٠١ حرارة الجسم الطبيعية

١٠٢ آليات تنظيم الحرارة

١٠٣ الخوف

١٠٧ أقسام الخوف

١١٠ الآثار السلبية للخوف

١١١ الآثار الاجتماعية

١١٢ دراسة الخوف من الجوانب النفسية

١١٤ فلسفة الخوف

١١٥ العلاج

١١٧ أسباب الأمراض

١٢٥ علم المناعة

١٢٧ أنواع المناعة

١٣٣ العالم الأكبر

١٤٥ الحسد

١٤٩ حقيقة الحسد

١٥٠ أسباب الحسد

١٥١ دواء الحسد

١٥٢ الآفات الطبية والنفسية للحسد

١٥٣ الآفات الاجتماعية للحسد

الصحة العامة

١٥٥

١٦١

١٦٢

١٦٢

١٦٣

١٦٤

الفوائد الصحيحة للهواء النقي والتنفس الصحيح

كيفية التنفس الصحيح

التعرض إلى الهواء الطلق

وسائل تنقية الدم ...

الجرعة اليومية للعصير

الزواج والرضاعة

١٦٧

١٦٩

١٧٣

١٧٥

١٧٦

١٧٨

١٧٩

فوائد الزواج

لمحة عن خلايا جسم الإنسان

أسباب الأمراض النفسية والعقلية

١ - الأسباب الحياتية

٢ - الأسباب النفسية

٣ - الأسباب الثقافية

الشيخوخة

١٨١

١٨٤

١٨٦

١٨٧

١٩٠

١٩٢

١٩٣

ما هي الشيخوخة

سبب الشيخوخة

أعراض الشيخوخة

علاج أعراض الشيخوخة

أضرار التدخين على الجسم

الأمراض الشائعة في سن الشيخوخة

١٩٤	أعراض سن اليأس
١٩٧	معجزات ربانية
٢٠١	حاسة البصر
٢٠١	النور والتميز
٢٠٢	كرة العين
٢٠٤	حدود الرؤية
٢٠٥	تكوين اللسان
٢٠٥	حاسة الذوق
٢٠٩	الأذن الداخلية
٢١١	حاسة الشم
٢١٣	العلاج
٢٣١	العلاج الطبي
٢٣٥	الاستعراف
٢٤٠	اللون
٢٤١	الصورة والشكل
٢٤١	الصوت
٢٤١	صيوان الإذن
٢٤٢	رائحة الجسم
٢٤٢	حامض D.N.A

٢٤٣	بصمات الأصابع
٢٤٤	الشعر

٢٤٥	علوم البيئة والحيوان
٢٤٩	البيئة
٢٥٠	مقومات البيئة
٢٥١	الحيوانات أو البهائم
٢٥٢	الأمراض التي تصيب الحيوانات
٢٥٦	الأمراض المشتركة التي تصيب الحيوان والإنسان

٢٥٩	النفس والروح وسكرات الموت
٢٦٢	من هي الدنيا المذمومة
٢٦٣	الناس في الدنيا وفق ثلاث خطوط
٢٦٤	حالات النفس
٢٦٦	الروح
٢٦٨	صحوة الموت

٢٧٥	نصائح وإرشادات علاجية
٢٧٧	المشكلة الدوائية
٢٧٩	هدف الإمام علي عليه السلام
٢٨٠	ماذا يستفاد من العلاج
٢٨٣	قواعد عامة للعلاج

٢٨٧	الإمام عليّ <small>عليه السلام</small> أول قاضي وطبيب عدلي في الإسلام
٢٩١	موقعية الإمام
٢٩٢	ما هو الطبيب العدلي؟
٢٩٥	تعريف الاغتصاب
٢٩٥	علامات الاغتصاب عند المرأة
٢٩٦	علامات الاغتصاب العامة
٢٩٦	الفحص الطبي الشرعي في الاغتصاب
٢٩٧	علامات الاغتصاب في الرجال
٢٩٧	فحص البقع المنوية
٢٩٨	الفحص الظاهري
٢٩٩	لأي شخص تعود البقعة المنوية
٣٠١	النظافة من الإيمان
٣٠٤	الأظفار
٣٠٦	الشارب
٣٠٩	الأكثرية الجاهلة
٣٢١	نصائح غذائية
٣٢٣	الغذاء المطلوب
٣٢٤	كثرة الطعام
٣٢٤	الأعراض التي تحدث بسبب كثرة الطعام

٤١٧	الفهرس.....
٣٢٩	البيض
٣٣٢	اللحم
٣٣٣	البطيخ
٣٣٤	الكمثرى
٣٣٦	التين
٣٣٧	السفرجل
٣٣٩	التفاح
٣٤١	التمر
٣٤٤	اللبن
٣٤٦	العنب
٣٤٨	زيت الزيتون
٣٥٠	الملح
٣٥١	السّمك
٣٥٢	الرمان
٣٥٣	الزبيب
٣٥٤	العسل
٣٦١	روايات الإمام علي عليه السلام عن فوائد الأغذية ...
٣٦٣	الحمى
٣٧٠	علاج الحمى
٣٧٣	الحمية

٤١٨ نهج البلاغة والطب الحديث

٣٧٩ نماذج من الحمية لبعض الأمراض الشائعة

٣٨٩ الزنا

٣٩٥ الآثار الاجتماعية للزنا

٣٩٦ الآثار الطبية للزنا

٣٩٩ مسك الختام

٤٠٥ فهرس المصادر

٤٠٩ الفهرس الموضوعي





دار المؤرخ العربي

بيروت - لبنان - صرب : ٢٤ / ١٢٤ - تلفاكس : ٥٤١٤٣١
هاتف خليوي : ٣ / ٨٩٠٨٢٠ . E-mail: al_mouarekh@hotmail.com